

ほけんだより 7月



桶川西中学校
保健室
2020/07/08

新型コロナウイルス感染症のニュースが毎日流れています。新しい感染症なのでわからないことも多くありますが、3密（密閉・密集・密接）を避ける、こまめな手洗い、マスクの着用、これらははじめのころから変わらずに言われ続けています。しかし、ちょっと変化したところもあります。

マスクの着用…教室内では飛沫が心配されるためマスクをすることが望ましいですが、

「運動中はマスクをはずしてもかまわない。」

「マスクをしていないときは周囲の人と少し距離がとれる状態（ソーシャルディスタンス）が良い。」とされています。

熱中症予防のために…

「児童生徒本人が暑さで息苦しいと感じたときなどは自身の判断でマスクをはずすなど適切な対応ができるように…」



と文部科学省から示されています（2020/07/06 現在）。

夏の暑さをのりきるために白いマスクを用意しよう！

先日、テレビのニュース番組の中で、いろんな色のマスクをつけて天気の良い日にマスクやその周辺（顔）の温度を測定しているものがありました。色の濃いもの（黒）ほど温度が高く、色の薄いもの（白）ほど温度の上昇を抑えられました。熱中症予防のためにこれからの季節は白いマスクがおすすめということでした。これからマスクを買う人は参考にしてください。

手洗いのすすめ アルコール消毒をしなくても高い効果が得られます！

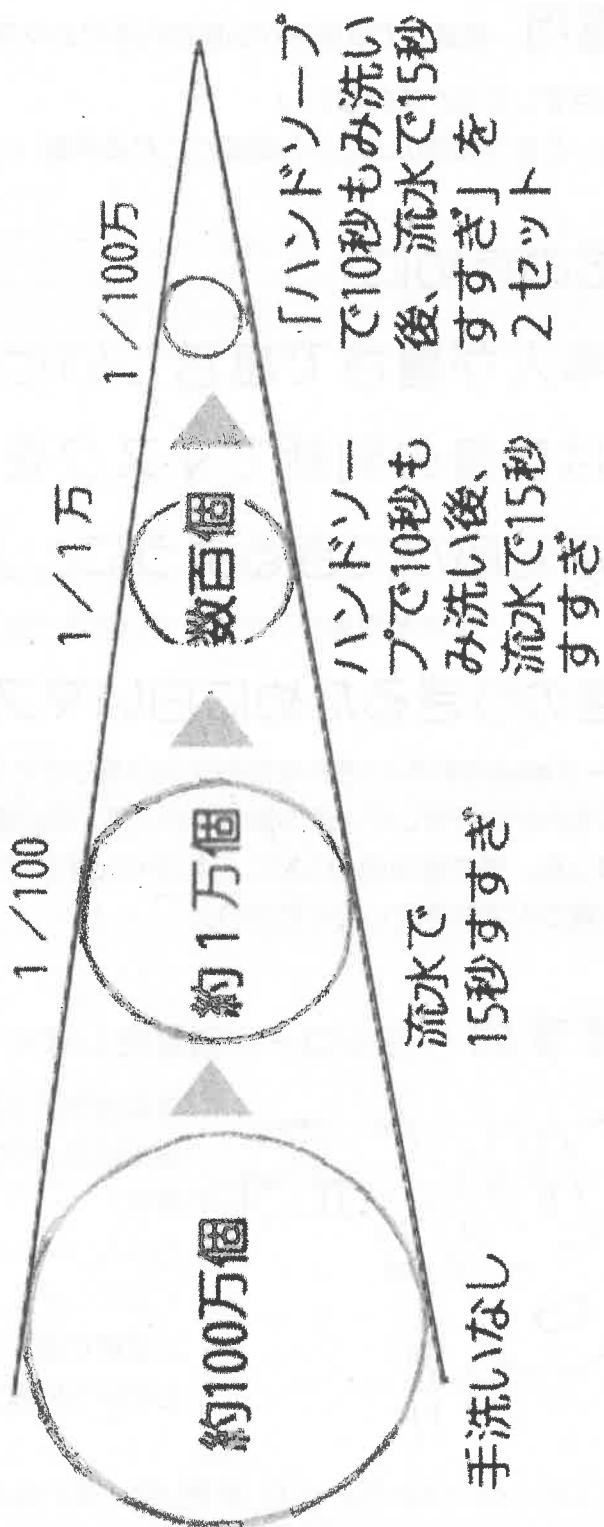


感染症予防の基本は手洗いです。
手には約 100 万個のウイルスが存在しているとい
います。
石けん（ハンドソープ）と流水を使っての手洗い
1回でウイルスの数は数百個（約0.01%）
2回繰り返すと数個（約0.0001%）
このように減少することがわかっています。

（裏面参照）

また、手荒れがひどくて石けん（ハンドソープ）を使いたくないときもあると思います。文部科学省では、そのような場合「流水でしっかり洗うなどして配慮を行います。」としていて、手洗いの大切さを伝えています。参考：学校における新型コロナウイルス感染症に関する衛生マニュアル～「学校の新しい生活様式」～

(2020/6/16Ver.2)



(参考文献) 森功次他: 感染症学雑誌 80:496-500 (2006)