



和歌山県立田辺工業高校 保健室 2020年12月第2号 (Vol.20)

全国的に新型コロナウイルス感染症罹患者が増加傾向にあり、重傷者数も日々増加しています。学校でクラスターが発生するなどの報道が多数あり、たいへん危惧しているところです。

県内でもクラスターが発生するなど、感染者が後を絶ちません。

そんな状況にもかかわらず、本校にはマスクを忘れてくる生徒、距離を保てない場所でもマスクをつけていない生徒、朝の健康観察を正しく行わない生徒などが少なからず見受けられます。すべて、個人の意識の問題だと思います。

新しい生活様式について再度確認し、自分がとるべき行動をよく考えて行動してください。

これからは、インフルエンザや感染性胃腸炎の発生及び流行も懸念されます。

すべて、一人一人の感染予防の心がけが大切です。心して、毎日を過ごしてください。

新型コロナウイルス感染症は、**換気の悪い密閉空間、多数が集まる密閉場所、間近で会話や発声をする密接場面**という3つの条件（**3密**）が重なる場面で集団感染のリスクが高まるとされています。できる限り、それぞれの「密」を避ける行動が望ましいとされています。

- **教室等は常時換気**を行います。気象上可能な限り、対角の窓・ドアを常時10～20cm開けます。天窓を開ける場合は窓側・廊下側ともに全開にします。廊下の窓も開けておきます。常時換気が難しい場合は30分に1回以上、数分程度窓を全開にします。
- 体育館など、広い空間であっても換気のために窓や扉を全開にします。
- 教室では人と人との距離が1メートル以上空けられないことが多いため、**常時マスクを着用**してください。

☆ **マスク着用の徹底をお願いしているところですが、自宅から持ってきていなかったり、落したり破損したり、汗や鼻水で汚れた等で保健室にマスクを取りくる生徒が増えています。もしものために、必ず、予備のマスクをカバンに入れておく等の備えをしておいてください。また、一時的に外しておいておくときや、捨てる際にもビニール袋等が必要ですのでこれも持参するようにしてください。**

☆ **朝の健康観察は必ず実施してください。(休日や欠席の日も実施してください。)**

☆ **手洗いの後、髪の毛や服で拭いたり、ぱぱっと水を切ってそのまま、という姿をよく見かけます。清潔なタオルやハンカチを、必ず持参してください。**

感染症予防の原則

(1) 感染源対策

- ① 発熱等かぜ症状があるときは登校しないこと。
- ② 登校時の健康状態の把握のために、毎朝必ず自宅で検温・健康観察を行い、健康観察票に記録して学校に持参し、担任に提出・確認してもらうこと。
もし、朝の健康観察をせず登校した場合は、必ず立ち番の先生に申し出て、教室に入る前に検温と健康観察を行うこと。
- ③ 登校後に発熱等かぜ症状がみられた場合には、別室で待機し、原則として保護者の迎えで帰宅、症状がなくなるまで自宅で休養すること。必要に応じて受診する場合は、必ずかかりつけ医に電話で確認してから受診すること。
(PCR検査を受けた場合は必ず学校に報告すること)

(2) 感染経路対策

- ① 手洗い
手で顔(目、鼻、口)を触らないこと。外から教室に入るとき、トイレの前後、飲食の前、掃除の後には必ず、せっけんと流水で30秒ほどかけてていねいに手洗いをする。
特に、実習など、他人と共有する物品を触る前後には必ず手洗いを行い、実習中はマスクの着用を徹底するとともに、不必要な箇所や顔に触れないこと。
- ② 咳エチケット
飛沫の飛散を防ぐために、咳やくしゃみの際はマスクやティッシュ、肘の内側などで口や鼻を押さえること。
※時々、マスクをわざわざ外してくしゃみをする人を見かけます。これはぜったい×。
- ③ 清掃・消毒
特に選択教室や特別教室の使用後の机・椅子は先生の指示に従い清掃・消毒すること。HR教室の自分の机・椅子は授業終了後に消毒すること。自分以外の人の机で食事等した時も必ず消毒すること。(※アルコールにアレルギーのある人は自分で触れず、必ず先生に申し出てください。)
清掃当番の人は、ていねいに清掃を行い、終了後は必ずていねいに手を洗うこと。
トイレ消毒中は使用しないこと。

(3) 感受性対策

免疫力を落とさないために、規則正しい生活習慣をおくるよう、心がけること。

- ① 質のよい十分な睡眠をとること。
- ② 適度な運動をすること。
- ③ バランスのとれた食事をとること。