

ほげんだより5月号



たつの市立龍野東中学校保健室NO2

新緑が美しい季節になりました。

始業式、入学式の翌日からの長い臨時休校で、不安を感じている人も多いと思います。

不安な気持ち、いらいらした気持ちが続く時は、近くの大人（おうちの方・担任の先生・保健室）や友達に話すようにして、1人で抱えないようにしてください。

また感染症を予防するために、引き続き手洗いや咳エチケット等基本的な事を守ってください。十分な栄養や睡眠をとり、免疫力を上げておくことも大切です。今後しばらく、新型コロナウイルス感染症予防は、続けていかなければなりません。龍野東中学校の生徒の皆さん、おうちの方、先生やスタッフ皆の命を守り、龍東（たつひが）から集団感染をださないよう、全校で取り組んでいきましょう。

登校した目の校内感染症予防について

登校した日は、校内感染症予防のため、以下の点に特に気をつけて生活しましょう。

1 健康観察（朝の検温含む）について

・朝起きたら自宅で検温してから登校してください。発熱・持続する咳・強い倦怠感（だるさ）や気分不良・呼吸困難などの症状がある人は登校を控えてください。

2 手洗いについて

・薬剤師の先生**注1**によれば、新型コロナウイルスは一番外側に脂質膜（油でできた膜）をもっているため、石鹸（界面活性剤）やアルコールで死滅するということです。またウイルス自体はそんなに強いものではないので、手洗い場の石鹸でしっかり手を洗えば対応できます。**注2** 手洗いのタイミングとしては、トイレの後と給食の前などが効果的です。

・アルコール消毒液が下足場と教室の前に設置されています。皮膚が弱い人はアルコール消毒液によって手が荒れることがありますので注意しましょう。手が荒れると、皮膚のでこぼこにウイルスが付着しやすくなってしまいます。

3 マスクについて

・登校している間、マスクは全員着用をお願いします。紙でも布製でもかまいません。新型コロナウイルスに感染しても症状がでない場合もあります。集団生活の中で、他の人に感染を広げてしまう事も想定されますので、お願いします。

4 換気について

・感染症対策のため、終日教室の換気をします。みなさんのご協力をお願いします。

注1) 本校学校薬剤師 山本 恭之先生

注2) 文部科学省 新型コロナウイルス感染症に対応した小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校等における教育活動の再開等に関するQ&A R2.5.13より抜粋 問3 手指のアルコール消毒は必ずしないといけないか
文科省の回答 基本的には流水と石鹸で手洗いを行います。ただし、流水で手洗いができない場合にはアルコールを含んだ手指消毒薬を使用することが考えられます。なお石鹸やアルコールに過敏に反応したり手荒れの心配があったりする場合には流水でしっかり洗うなどして配慮を行ってください。

※【新型コロナウイルス撃退作戦】長野県佐久市作成の資料には、布マスクの洗い方や、手洗いについてイラストでわかりやすく示されています。参考にさせていただければと思います。