

# 新型コロナウイルス感染症 感染予防のために

保健相談部 0601

新型コロナウイルス感染症の感染予防の対策として、学校としては換気と消毒に努めていきたいと思っています。生徒の皆さんも3密（密閉・密集・密接）を避け、「新しい生活様式」を意識して行動してください。

- (1) 免疫力を高めるためにも、「十分な睡眠」「バランスのよい食事」など規則正しい生活を心がけること。
- (2) 登校の際には、事前に家庭で検温すること。

37.5度以上ある場合、微熱でも風邪症状がある場合（平熱より高く、心配な場合も含む）は、登校を控えること。

微熱（37度以上）で登校した生徒は、登校後すぐに再検温します。

（登校後、発熱等の症状がみられた場合、早退になります。保護者の方のお迎えをお願いします。）

- (3) マスクを着用して登校すること。  
汚れや汗等で取り替えたい場合も考えられるので、予備のマスクを常にかけておくこと。  
マスクを置く際の清潔なビニールや布等を持ってこよう。

## 登校したら次のことを守ってください。

- (1) 常に廊下側と外側の窓を開けて授業を受けること。  
※人によっては寒いかもしれないので、寒さ対策を！
- (2) 授業終了後は窓を広く開けること。
- (3) ハンカチ、ティッシュを必ず携帯すること。
- (4) ハンカチは他の人と共用しないこと。
- (5) 30秒程度かけて、石けんを使ったこまめな手洗いをする。  
登校後、トイレの後、昼食前後、掃除の後、部活動の前後などには、必ず手洗いを行うこと。
- (6) 登下校時での校門や生徒玄関、洗面所やトイレなど、常に密集が起こらないよう、互いに適度な距離をとること。
- (7) 休み時間に会話をするときには、真正面を避けて、一定程度距離を保つこと。  
また、お互いの体が接触する行動をとらないこと。
- (8) 共用するものは、できれば消毒すること。また、使用後に必ず手洗いをする。  
※消毒液を使用したら、元の場所に戻すこと。  
※消毒液がなくなっても容器は絶対に捨てないこと（補填して使用）。
- (9) 昼食時には机を向かい合わせにしないこと。また食事中は会話をしないこと。
- (10) 昼食時を除き、校内では水分補給以外の飲食をしないこと。
- (11) 特に多くの生徒が手を触れる箇所（ドアノブ、手すり、スイッチなど）は清掃時に消毒すること。
- (12) 使用済みのマスク・ティッシュ等は、袋に入れて捨てること。必要なゴミ袋を持ってこよう。



## 手洗いの6つのタイミング

外から教室に入るとき



咳やくしゃみ、鼻をかんだとき



給食（昼食）の前後



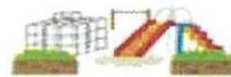
掃除の後



トイレの後



共有のものを触ったとき



石けんやハンドソープを使った丁寧な手洗いを行ってください。



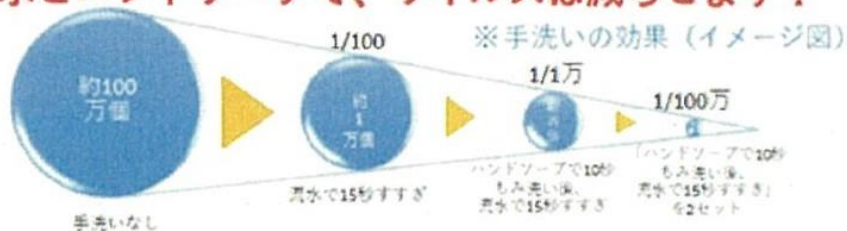
手洗いを丁寧に行うことで、十分にウイルスを除去できます。さらにアルコール消毒液を使用する必要はありません。

手洗い		残存ウイルス
手洗いなし		約100万個
石けんやハンドソープで10秒もみ洗い後	1回	約0.01% (数百個)
流水で15秒すすぐ	2回 繰り返し	約0.0001% (数個)

(森功次他：感染症学雑誌. 80:496-500,2006 ©2006)

## 手洗いのすすめ

水とハンドソープで、ウイルスは減らせます！



(参考文献) 森功次他：感染症学雑誌. 80:496-500(2006)