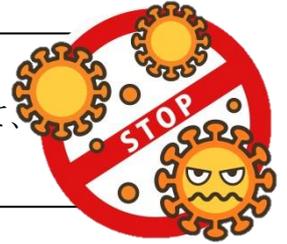


# 保健だより

新型コロナウイルス  
感染症予防号

令和2年6月  
尾島中学校  
保健室 NO.2

長い自粛期間が明け、学校が再開されました。とてもうれしい反面、まだ完全に安全な状態になったわけではないため、不安もありますね。しっかりと感染予防の対策をして、みんなが健康で安全に学校生活を送れるよう、がんばりましょう。



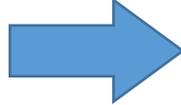
## 新型コロナウイルス感染症とは

2019年に見つかった新種のコロナウイルス（正式名称 SARS-CoV-2）による疾患（COVID-19）

### 特徴・現在わかっていること

- 自分で増えることはできないが、人や動物の粘膜などの細胞にくっついて体に入り込み増える。
- かぜに似た症状が長引く。
- 軽症の人が多いが、妊婦、高齢者、持病のある人は重症化のリスクが高い。
- 症状の出ない人がいる。
- 飛沫感染・接触感染によって感染拡大。

ということは…



### ここが問題

- ★人から人へうつる（感染する）
- ★感染に気づかず、人にうつす可能性がある。
- ★新しいウイルスのため、薬やワクチンがない。

知らないうちに、拡めちゃうから。

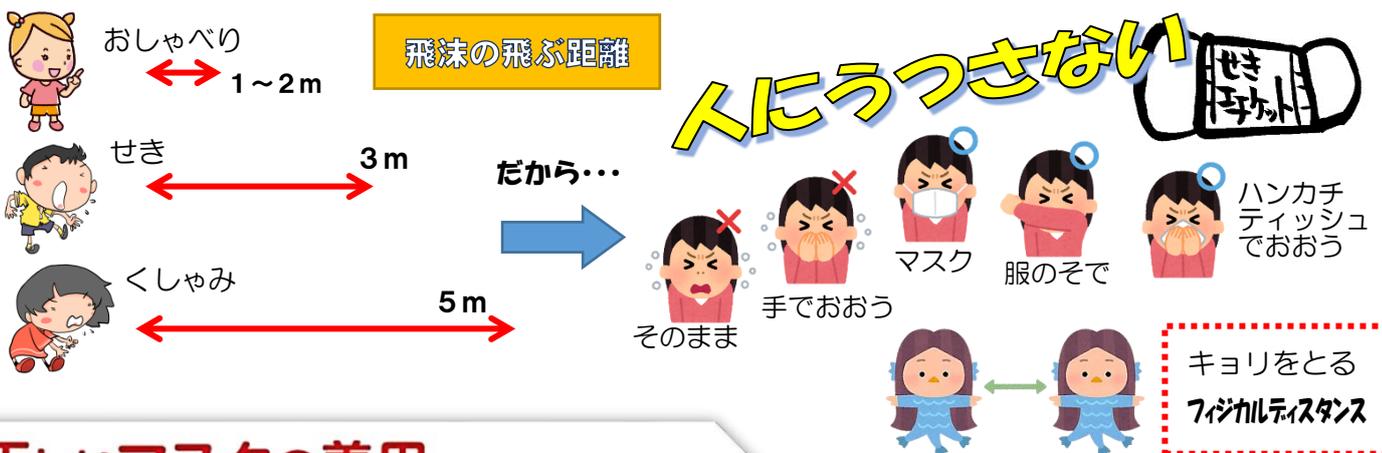


**STOP!**  
**感染拡大**  
— COVID-19 —

## どうやって感染は広がるの？

### 飛沫感染

感染者のせきやくしゃみ、つばとともに放出されたウイルスを他者が口や鼻から吸い込んで感染します。



## 正しいマスクの着用



### 注意

- ★正しくつけないと予防できません。
- ★飛沫を通してしまうマスクもあります。薄手のマスクの時は、マスクの上をそででおおひましょう。

裏面につづく

## 接触感染

手にウイルスがついた状態で口や鼻を触ることで粘膜から感染します。



# 接触感染に注意！

新型コロナウイルスの感染経路として  
飛沫感染のほか、**接触感染**に注意が必要です。

人は、“無意識に”顔を触っています！



だから…



手を洗わずに  
顔をさわると…



2度洗いでウイルス激減！

そのうち、目、鼻、口などの**粘膜**は、  
約**44パーセント**を占めています！

## 手洗いの、5つのタイミング

公共の場所から  
帰った時



咳やくしゃみ、  
鼻をかんだ時



ご飯を食べる時



病気の人  
のケアをした時



外にあるものに  
触った時



新型コロナウイルス  
感染症予防対策  
みんなで実行！

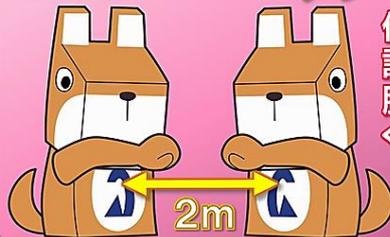
常にマスク  
をしよう



授業前と後に  
必ず手洗い



おたがいに「ワンアーム」  
アーム：腕(うで)



仲間と活動するとき  
話すときは、  
腕を伸ばした長さ  
くらい、離れよう

※お互いに腕を伸ばした  
長さに離れば、  
2mくらいになるよ

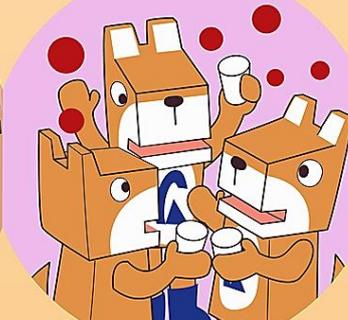
3密をさげよう 三つのNo！



×密閉・むんむん



×密集・ぎゅうぎゅう



×密接・がやがや

“学校のあちこちに  
ポスターがはって  
あるよ。みてね！”