

新型コロナウイルス感染症について

小国町立小国中学校

令和3年1月6日

★新型コロナウイルス感染症の特徴

- そもそも感染症とは、ウイルスや細菌などの病原体が人の体に入り込んで増えることで起こるインフルエンザやかぜ、感染性胃腸炎などの病気。私たちが普段、かぜをひいたときに感染しているウイルスの10～15%は4種類のコロナウイルスで、今、問題となっているのは、COVID-19という、新型のコロナウイルス。
- 感染の仕方（感染経路）は、会話やせきなどでウイルスを含む飛沫（しぶき）が目・鼻・口から入り込む「飛沫感染」とウイルスが付いた物を触った手を通じて目・鼻・口から入る「接触感染」。
- 症状は、37.5℃以上の熱、せき、のどの痛み、倦怠感、息苦しさ、下痢、頭痛、味覚や嗅覚の異常、鼻水などで、症状が出ない人も多い。
- 症状が出る（＝発症）2日ほど前から他の人に感染させることがあり、1日前が最も感染させやすい

★感染予防 ～その1 手洗い～

◎手洗いのポイント：つめは短く切っておく



食事の前、トイレの後、外から帰った後（登校後も）などこまめに石けんを使って、時間をかけてすみずみまで洗う
手洗い後は清潔なハンカチやタオルでふく
最後にアルコール消毒をするとさらに良い

★感染予防 ～その2 マスク～

◎正しい付け方

- 清潔な手でマスクをつける
- マスクの表裏、上下を確認する
- すき間ができないようにする
- 口・鼻・あごを完全にかくす

◎使用時の注意点

- 使用中はなるべくマスクを触らない
※特に外側には絶対に触れない
- 学校では、食事と運動の時以外はつける
- 外すときはひもの部分を持つ

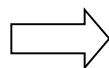


★感染予防 ～その3 感染しやすい場面を避ける～

◎食事の場面・マスクなしでの会話・居場所の切り替わり（休憩時間など）にリスクが高まる

★感染予防 ～その4 換気～

- ・換気扇を回す
- ・対角線上に2か所窓を開ける
- ・30分に1回3～4分程度が理想



換気をすれば、
気温が下がって寒くなることも・・・
十分な防寒対策をしましょう



★感染予防 ～その5 3密を避ける～

- ◎換気が悪い密閉空間・・・・・・・・こまめに換気をする
- ◎多数が集まる密集場所・・・・・・・・人と人との距離（ソーシャルディスタンス）をとる
- ◎間近で会話や発生する密接場面・・・・ソーシャルディスタンスの確保とマスクの着用

★感染予防 ～その6 心の感染予防～

- ◎不安や怖れに振り回されない
 - ・情報と距離を置く時間を作る
 - ・嘘やデマなど不確かな情報に振り回されない
 - ・いつもの生活習慣やペースを保つ
 - ・安心できる相手とつながる
- ◎偏見や差別を防ぐ（悪いのは人でなくウイルス）
 - ・不確かな情報を広めない
→ 広めることは差別
 - ・差別的な言動に同調しない
 - ・この事態に対応している
すべての人に感謝する



★これからの生活について

第3波とも言われているように、全国各地で新型コロナウイルス感染症が増加しています。山形県も例外ではなく、12月だけでおよそ250人の感染者が出ています。気を抜かずに感染対策に努めてください。

特に気を付けてほしいこと

- ・これまで同様に新しい生活様式を意識した行動をする

～お互いに声を掛け合いながら生活する（感染予防・心の健康）～

- ・外出は慎重に
- ・不特定の人との長時間や大人数の飲食を控える
- ・規則正しい生活リズムで過ごし、体調を整える
- ・朝、自宅を出る前の健康状態の確認を確実に行う ～必ず検温～
- ・体調が悪い場合は、無理をせず、かかりつけ医を受診する

