



緊急事態宣言 予防を強化・継続

新型コロナウイルス対策

【まだまだまだまだまだ続くよ】パート9

例年1月は、かぜやインフルエンザが流行する時期ですが、今年度は、徹底した感染症予防のためか、発熱や体調不良の人がほとんどいません。今後も、予防を継続して、新型コロナウイルスを始めとした多くの感染症を予防しましょう。

3月からの休校を体験したからこそ、登校して学習できる日々の幸せを、実感しています。

「身についている↑↑ できる↑↑続ける↑↑」

Do your part.

それぞれの立場で、できること

ひまつ かんせん・せつしよく かんせん
飛沫 感染・接触 感染

新型コロナウイルスやインフルエンザウイルスの感染経路は、飛沫感染と接触感染です。

(詳しくは、保健体育の教科書を参照)



ひまつかんせん 飛沫感染とは、感染者の咳やくしゃみなどにあるウイルスが直接体内に入ることです。また、ウイルスによっては、数時間～数日の間生き延びます。その後、接触感染を起こすことがあります。

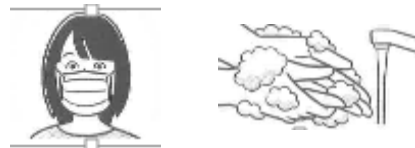
せつしよくかんせん 接触感染とは、咳やくしゃみなどから手についたウイルスが、ドアノブなどに触れた時につき、その場所を別の人が触ることで手にウイルスがついて、その人の鼻などから体内に入って感染することです。



放課後に、校舎の消毒をして頂いています。

5月25日から昇降口に掲示されている

1. マスクを着用する
2. 登校後（帰宅後）、手洗いをする
3. 朝、体温を測る（測ってくる）
4. お茶をもらわない、あげない



めんえきりよく
免疫力を整えるために

こまめに水分補給 さゆ 白湯

ウイルスが入ってくると、鼻や口の線毛で追い出そうとする働きがあります。線毛は、身体が乾燥していると動きが鈍くなります。また、線毛が一番活発に動く温度は、37～38℃です。そのために、身体を温める温かい飲み物をこまめに飲みましょう。

白湯などの温かい飲み物は、リラックス効果もあるので、血管が拡張して血流が良くなり、免疫力も高めます。

1年を通して、水筒は必要ですね。

健康5ヶ条 裏面に詳細を、載せています。

今日の一句: ほこら そな 祠にも 供え餅あり初登山 みさ子