



令和2年11月
富山南高校
保健室

新型コロナウイルス感染症と換気について

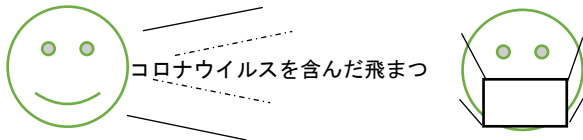
ここ数日の報道により、みなさんも知っていると思いますが、全国的に新型コロナウイルス感染者が増加傾向にあります。その中で今、換気が問題視されています。寒くなると換気をするのは、なかなか嫌になりますよね。ですが、今年は例年以上に換気が大切になってきそうです。

学校では毎年2回、学校薬剤師による教室などの環境衛生検査を行っています。その検査の結果から、教室の窓を20センチ～30センチ対角線上に開けると十分な空気の流れができるそうですが、それだけ開けると暖かい空気が逃げていってしまいます。そこで、皆さんに心がけて欲しいのが、休み時間ごとの数分間の換気です。教室と廊下の窓を全部開けて、一気に換気する方法です。この方が、一度暖まった教室の床や壁の熱が残っているため、寒さ対策になるそうです。また、換気した後でも5.0分間授業をすると人が眠くなる程に二酸化炭素濃度があがります。効率のよい学習環境作りに換気は必要です。

人との距離をとれない場所では、マスクをしましょう。

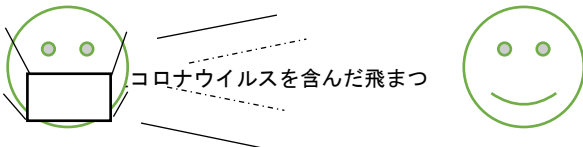
～マスクの有効性 東京大学医科学研究所の実験より～

吸い込む側にだけマスクを着けた場合



吸い込んだウイルスの量は布マスクでは17%減り、一般的なサージカルマスクでは47%減ったということです

飛まつを出す側にだけマスクを着けた場合



吸い込んだウイルスの量は布マスクとサージカルマスクのいずれでも70%以上減っていました。

マスクの有無でこんな違いもあります

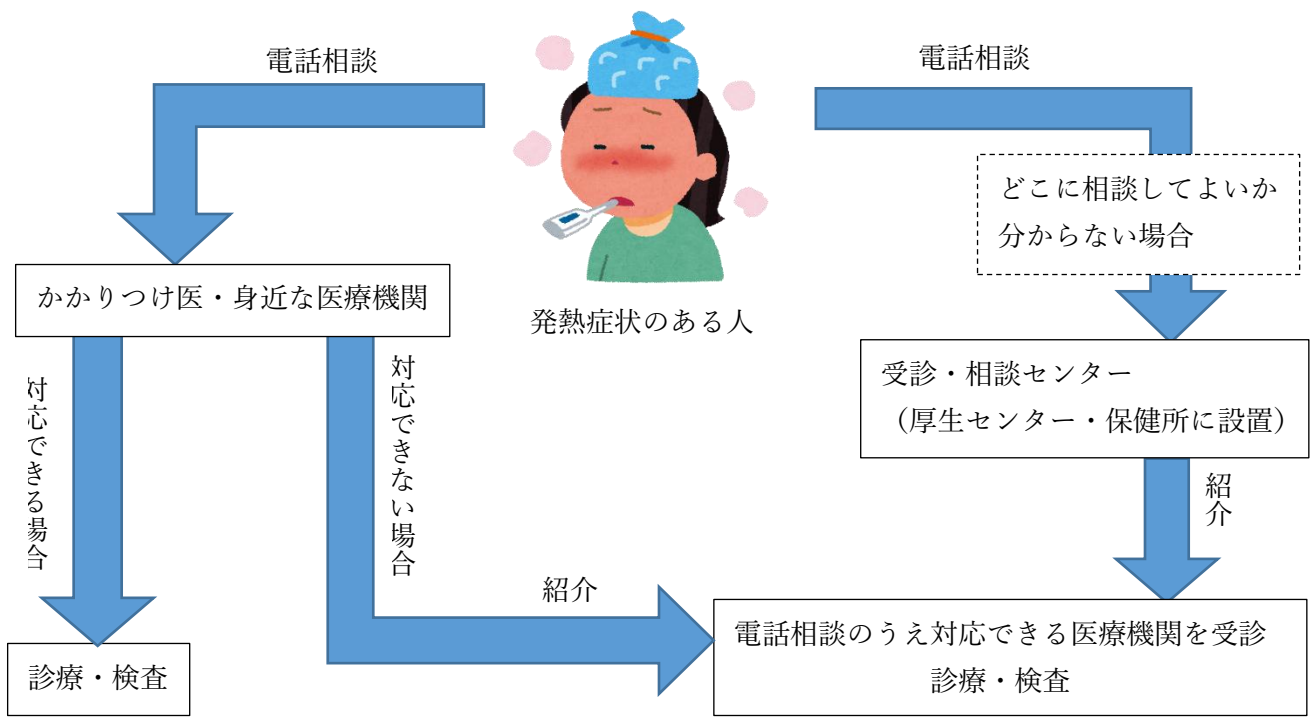
濃厚接触にあたる	濃厚接触にあたらぬ
<p>マスク 無</p> <p>15分以上</p> <p>1m</p>	<p>マスク 有</p> <p>15分以上</p> <p>1m</p>
<p>マスクは、片方の人だけつけるよりも、お互いにつけたほうがリスクが下がります。マスクがない場合は、ハンカチなどで口元を覆うことを心がけましょう。</p>	

制作: 新型コロナウイルス感染症に関する専門家有志の会

発熱をしている時の受診の仕方が変わりました

新型コロナウイルスとインフルエンザの同時流行に備え、富山県では、発熱等の症状がある場合の外来診療体制が変更になりました。

- ★ 発熱等の症状がある場合は、帰国者・接触者相談センターではなく、まずはかかりつけ医や身近な医療機関に電話相談する。
- ★ 発熱等患者が相談する医療機関に迷った場合は、厚生センター・保健所等に設置された「受診・相談センター」に電話相談し、診療・検査医療機関の紹介を受ける。



インフルエンザの予防接種を受けましょう！早めの予約を！

インフルエンザワクチンは接種してから実際に効果を発揮するまでに約 2 週間かかります。流行期間が 12～3 月ですから、11月中には接種を終えておくことより効果的でしょう。効果は約 5 ヶ月持続します。また、流行してからの接種は、抗体価が十分上がる前に感染する危険性がありますが、抗体価が上昇していれば症状が軽くなります。

～インフルエンザの出席停止期間について～

インフルエンザにかかったら

登校できません

小学生以上では、「発症したあと5日を経過し、かつ、解熱したあと2日を経過するまで」出席停止です。

	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
発症	☹️	☹️	😊	😊+	😊+	😊+	🏢	
	発症		解熱	1日目	2日目		登校OK	
発症	☹️	☹️	☹️	😊	😊+	😊+	🏢	
	発症			解熱	1日目	2日目	登校OK	
発症	☹️	☹️	☹️	☹️	😊	😊+	😊+	🏢
	発症				解熱	1日目	2日目	登校OK

インフルエンザと診断された場合は、学校のホームページより「治癒報告書（インフルエンザ用）」を印刷し、保護者に記入してもらい学校へ提出してください。