

ウイルスが生物なのかどうかは専門家の間でも意見が分かれているそうです



むんむん



ぎゅうぎゅう



がやがや

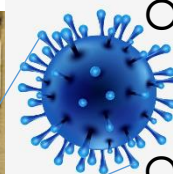
3 どうやってうつるの？

※ まずは裏のページ、保健室前の掲示を読んで理解しましょう

- ウイルスは自分自身で増えることはできませんが、人や動物の粘膜などの細胞に付着し、入り込んで増えることができます
- ウイルスは粘膜に入り込むことはできますが、健康な皮膚には入り込むことができず表面に付着するだけとされています
- 物の表面についたウイルスは時間がたてば壊れてしまいます
ただし、物の種類によっては24時間～72時間くらい感染する力をもつとされています

4 どうやったら予防できるの？

- 「手洗い」 たとえ流水だけで洗ったとしても、ウイルスを流すことができるため有効ですし、石けんを使った手洗いはコロナウイルスの膜を壊すことができるので、更に有効です
手洗いの際は、指先、指の間、手首、手のしわ等に汚れが残りやすいといわれていますので、これらの部位は特に念入りに洗うことが重要です
- 「アルコール消毒」 流水と石けんでの手洗いができない時は手指消毒用アルコールも脂肪の膜を壊すことで感染力を失わせることができます



- 「免疫力の高い健康な身体をつくる」 「早寝早起き朝ごはん」の徹底とバランスの良い食事、適度な運動で健康な身体をつくり免疫力を高めれば、ウイルスが体内に入ってもウイルスの増殖を抑え病気にならずにいられます

- 「多くの人が触れる場所の消毒」 現在、本校では生徒の下校後、次亜塩素酸ナトリウム液でドアの取手や机、スイッチ等を消毒しています

来週以降は、生徒自身の感染予防意識の一層の向上や感染予防への主体性・協働意識を育てるため、身体に害がなく効果の高い界面活性剤入りの中性洗剤（一般家庭用台所用洗剤）を薄めた消毒水で消毒をします
新型コロナウイルスは一番外側に「エンベロープ」という脂質からできた二重の膜を持っています。界面活性剤は、その膜を壊し、感染力を無力化する効果が確認されています

※ 効果確認済みの台所用洗剤等のリストは経済産業省 HP で確認できます。
(<https://www.meti.go.jp/press/2020/05/20200529005/20200529005.html>)

「自分たちの健康は自分たちで守る！」という意識と強い意志で、健康な身体と感染リスクの低い学校の環境をつくりましょう。

新型コロナ、正しく恐れ、正しく予防しよう！

来週からいよいよ通常の5・6時間の授業と部活動ウオーミングアップ期間が始まります。生徒の健康・生命の安全のためにも、一人一人が新型コロナウイルス感染症について正しく理解し、正しく恐れ、正しく予防することが大切です。少し難しいところもあるかもしれませんが、新型コロナウイルス感染症について家族みんなで理解し、予防策を徹底しましょう。

1 病名は「COVID-19」

- 「CO」は「コロナ」→このウイルスを顕微鏡で見るとコロナ【王冠】の形をした突起があるためコロナと呼ばれています
- 「VI」はウイルス【英語で virus】
- 「D」は 病気【英語で disease】
- 「19」は感染者の報告があったのが2019年だったから

2 ウイルスって？

- ウイルスの大きさは、例えば私たちの細胞1つが直径2mくらいだとしたら、なんと「さくらんぼ(2cm)」の大きさです

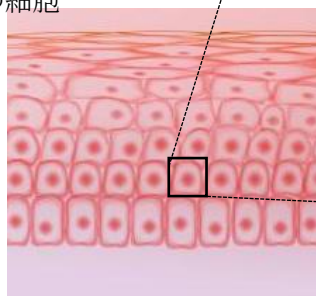
※ 細胞については、中学2年の理科で学習します。私たちの身体をつくっている小さな単位のことです

【例】皮膚の細胞

皮脂膜

角質層

表皮細胞



今月の保健目標

自分を

守ろう

みんなを

感染症から

どうやってうつるの？

空気感染

咳やくしゃみで飛び出したウイルスや菌が、空気中をふわふわと漂い、それらを吸い込むことによって感染すること。

感染者と密閉された空間に長時間一緒にいると、感染リスクが高くなる。



経口感染

ウイルスや菌のついた食べ物を食べることによって感染すること。便中に排泄されるウイルスや菌が、トイレのドアノブに付着し、それが手指を介して口に入ることによって感染することも経口感染のひとつ。

(例：ノロウイルス)



【感染】とは？

ウイルスや菌などが体の中に入りこんで増えることを【感染】と言います。

その結果起こる病気のことを【感染症】と言います。

飛沫感染

咳やくしゃみで飛び出したウイルスや菌を吸い込むことによって感染すること。

感染者との距離が2m以内(密接)になると飛沫感染が起りやすくなる。



接触感染

ウイルスや菌が付着した手で、目や鼻、口を触ることで感染すること。感染を予防するには、石けんでしっかりと手を洗うことが大事。

手すりやドアノブ、スイッチなど、不特定多数の人が触るところは要注意！



新型コロナウイルス



生徒保健委員会
保健だよ！

ほけんだよ！