

ほけんだより⁹月



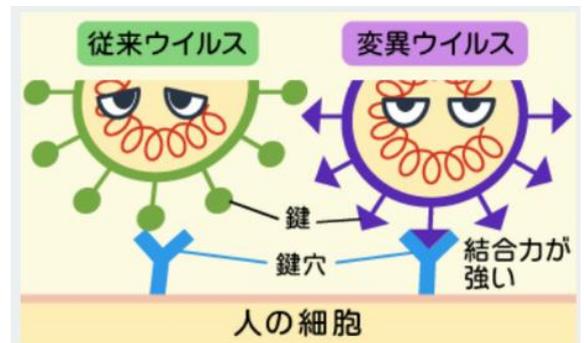
令和3年9月1日
川口市立領家中学校
保健室 No.6

2学期がいよいよ始まりました！今年の夏休みも遠いところへ出かけたり、思う存分友達と遊んだりすることができないステイホームの夏休みになったことと思います。もしかしたら夏休みの生活リズムから抜け出せず「しんどいな…」と思っている人もいるかもしれません。そんな人はまず「早寝・早起き・朝ごはん」からやってみましょう！これは、新型コロナウイルスに負けない免疫力の高い体をつくることにもつながります。2学期も領中生が健康に、笑顔で過ごせるように保健室からサポートしていきます！

現在の新型コロナウイルス情報

「デルタ株」ってなに

ウイルスは生き物の体の中に入り、たくさんのコピーを作って増えます。コピーを繰り返す中で少しずつ変異（進化）をしていきます。コロナウイルスも約2週間に1か所くらいの速度で変異（進化）していると考えられています。従来のコロナウイルスとは次元が違うほどの、強い感染力をもったウイルスに変異（進化）したのが「デルタ株」です。今の日本の感染の約98%はデルタ株と言われています。

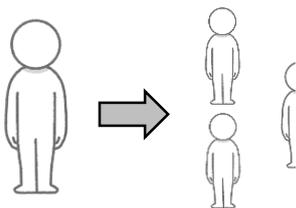


図：神奈川県HPより

今までのコロナウイルスと「デルタ株」の違い

感染力 一人の患者から何人に感染させる力があるか

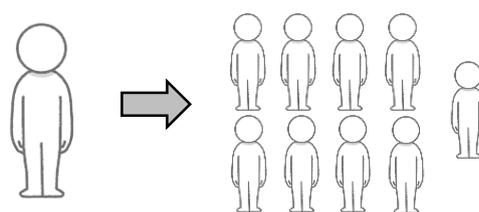
今までのコロナウイルス



感染力基本再生産数 (RO)

1.4~3.5人

デルタ株



感染力基本再生産数 (RO)

5~9人

デルタ株は別次元の
感染しやすさ！！



諏訪中央病院 HP より

デルタ株はどのようにして感染しやすいのか…それは今までのウイルスと比べて、体内で作られるウイルスの量が1200倍と言われていて、非常に多いのが原因と考えられています。ですが残念ながらまだはっきりとは分かっていません。今までは感染者と接触しても何人かは感染しないで済む人もいましたが、デルタ株は接触したほぼ全員が感染しているケースがあります。マスクなしで1~2分のおしゃべり、混んでいるカフェやお店に数分いるだけで感染が成立する危険があります。

感染を防ぐにはどうしたらよいだらう… ➡ **裏面へ**

特別なことはいりません！

今までの感染症対策を…**確実に！きちんと！**していこう

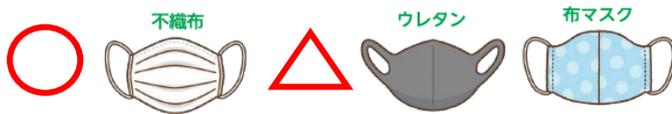
☆マスクを正しく着用しよう！

- ① 鼻と口の両方を確実におおおう。
- ② ゴムひもを耳にかける。
- ③ すき間がないようにピタッと顔に密着させて鼻までおおおう。



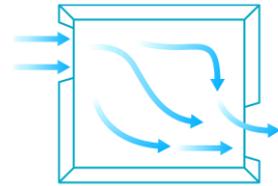
不織布マスクの積極的な使用をお願いします！

ウレタン・布マスクは飛沫を吸ったり、飛ばしたりするのを防ぐ効果が不織布マスクよりも低いというデータがあります。学校はたくさんの方が集まる場所ですから、ウレタン・布マスクよりも効果のある**不織布マスクの装着のご協力をお願いします。**



マスクを外しても良い場面（運動をするとき、給食を食べるときなど）以外ではマスクは外しません！

☆換気をしよう！



教室に空気の通り道をつくりましょう。対角線になるように常時、2か所以上の窓を少しずつ開けます。みんなで使う教室です。みんなで協力して換気を行いましょう。

☆こまめな手洗い・消毒をしよう！

手洗いは感染症予防に非常に効果的です。外から室内へ入ったあと、食事の前などに手についている汚れを石けんを使って洗い流しましょう。



今学期から、各学年のフロアにアルコールボトルを設置しました。手洗いができない状況では手指のアルコールも有効です。こまめに手指の消毒を行いましょう。

☆毎朝の検温と体調チェックをしよう！

毎朝、起きたらきちんと検温と体調チェックをしましょう。少しでも体調が悪いなと感じたり、発熱していたりする場合は無理をせず、おうちで休養しましょう。感染してしまうのではないかと不安がある場合は家族の方や担任の先生に相談をしてください。

新型コロナウイルス関連による出欠席の扱いについては以下の通りです。

状況	出欠席の扱い
生徒または同居している家族等が 新型コロナウイルス感染者（陽性者） となった場合	出席停止
生徒または同居している家族等が 濃厚接触者 となった場合	
生徒または同居している家族等に 感染の疑いがあり、PCR検査を受けた場合	
生徒または同居している家族等に 体調不良（発熱・倦怠感・咳等） がある場合	
新型コロナワクチン接種・ワクチンによる副反応がある場合	

領中生一人一人がきちんと感染症対策を行い、みんなで感染に対する心構えをもう一度強くして、2学期からも安全に学校生活を送りましょう！

保護者のみなさまも、本校の感染症対策にご理解・ご協力をお願いいたします。

