



今年の夏は、とても暑い日が続いたかと思えば、長く雨が降り天候的にはいつもにない夏休みとなりました。新型コロナウイルス感染症も毎日 PCR 検査陽性者が増えている状況です。

先日、学校保健委員会で学校医の先生がたから皆さんに特に伝えたい・知ってもらいたいことを教えていただきました。

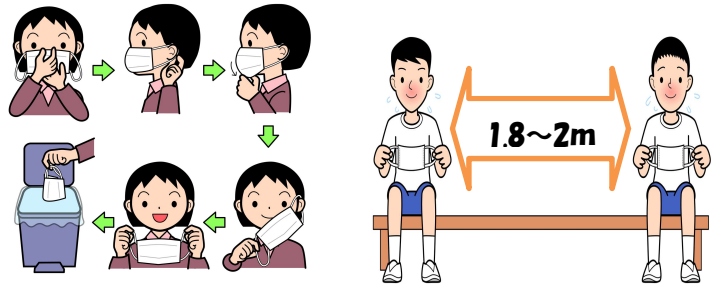
### 《現在の状況について》

- ・第5波は向島にもきていて、普段の生活の中でも誰がいつかかってもおかしくない。
- ・今増えてきているデルタ株はこれまでのウイルスより感染力が強く、少量でも感染が起きる。接触感染だけでなくエアロゾル感染(細かい飛沫によるもの)が起きているのではないかと。

### 《対策について》

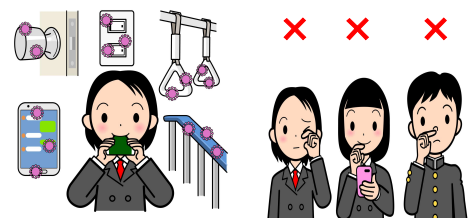
☆**不織布マスク**を正しくつける。ウレタンマスクは防御の効果はほとんどない。  
運動等でマスクを外す場合も人と距離をとる。1.8~2mくらいは必要。

- ①鼻の形に合わせる
- ②耳にしっかりかける
- ③あごの下まで広げ、上下左右すきまがないようにつける
- ④捨て方：ひもを持って外し、マスク面に触らずにゴミ箱へ。



☆**手洗いをこまめにし、手で顔・目や鼻を触らない。**

- ・手は手洗いやアルコール消毒をした直後のみきれいな状態なので、ものに触れた後は手を洗う。
- ウイルスのあるところに触れた手で顔や目・鼻などを触ることによってウイルスが体内に入り感染する。



☆エアコンをつけていても換気は必ず必要。

☆中学生は軽症・無症状が多い。分らないうちに周りの人に広げている可能性がある。風邪くらいと思わず、体調が悪いときには早めに休むことも必要。

☆ワクチン接種したから、コロナに一度かかったからといっても感染予防をしなくていいというわけではない。引き続き注意して生活をする必要がある。

長期化しているため、いろいろなストレスや精神面にも影響がさまざま出ている。しかし今はとにかく感染爆発を抑えることが必要です。コロナの感染予防策は、他の感染症(感染性胃腸炎やインフルエンザなど)の予防と同じ。今行っていることが今後に生きてくる。

★必要以上に怖がらず正しい知識を持ってポイントを押さえて正しく恐れることが大切。