

# ほけんだより

# 1月

尾道市立西藤小学校  
令和4年  
1月13日  
(No.8)



令和4年になりました！みなさんは、冬休みの間、どんな年末年始を過ごしましたか？  
心に残った思い出について、また聞かせてくださいね。また、最近では雪の降る日もあり、かなり厳しい寒さが続いています。学校でもおうちでも、あたたかくすごせるように、換気をしながらでも適温が保たれる工夫を見つけていってほしいと思います。また、夜寝るときには、お布団をしっかりとかけて、保温されるようにして寝てくださいね。  
今年もどうぞ宜しくお願いいたします。

新型ウイルス感染症

3学期もみんなで頑張ろう！！(\*^\_^\*)

## 予防のポイントはこちら！

【手洗いのタイミング】

- \* せきやくしゃみの後、鼻をかんだ後
- \* 共有の（多くの人が使う）物に触れた後
- \* 外から教室やお部屋に入る時
- \* 食事をする前と後
- \* トイレの後
- \* 掃除の後

手を洗おう

マスクをしよう



換気をしよう

だから

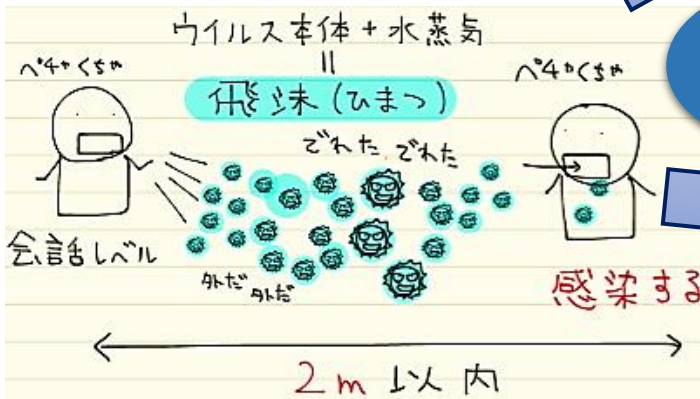
今は少しはな離れていよう

だから

【一気に換気！のタイミング】

- \* 休憩時間
- \* 授業終了後（窓を開けて教室を出る）
- \* 清掃時
- \* 授業中も少しずつ窓を開けておく

触れるものには「ウイルスがついている」と考えて！



諏訪中央病院玉井医師作成「続 新型コロナウイルス感染をのりこえるための説明書」

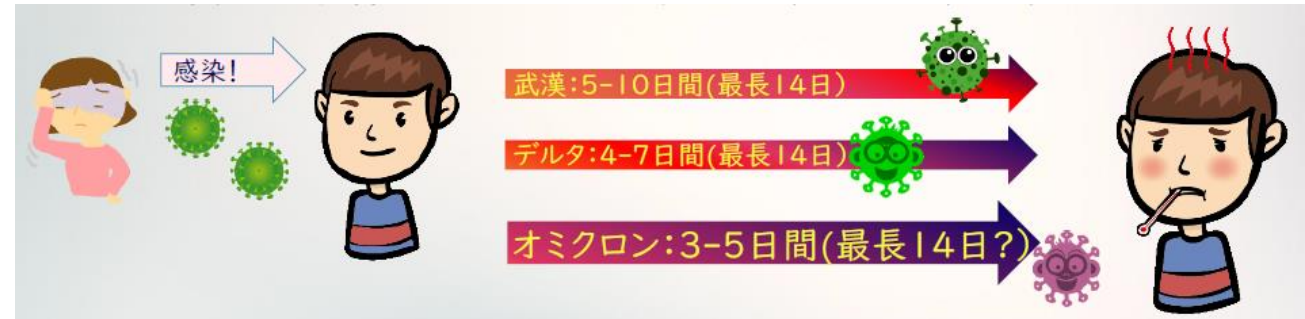
## 世間を賑わすオミクロン株について...

新型コロナウイルス感染症にも多くの株があります。ニュースや新聞は、今でも新型コロナウイルス感染症の話題でいっぱいですね。

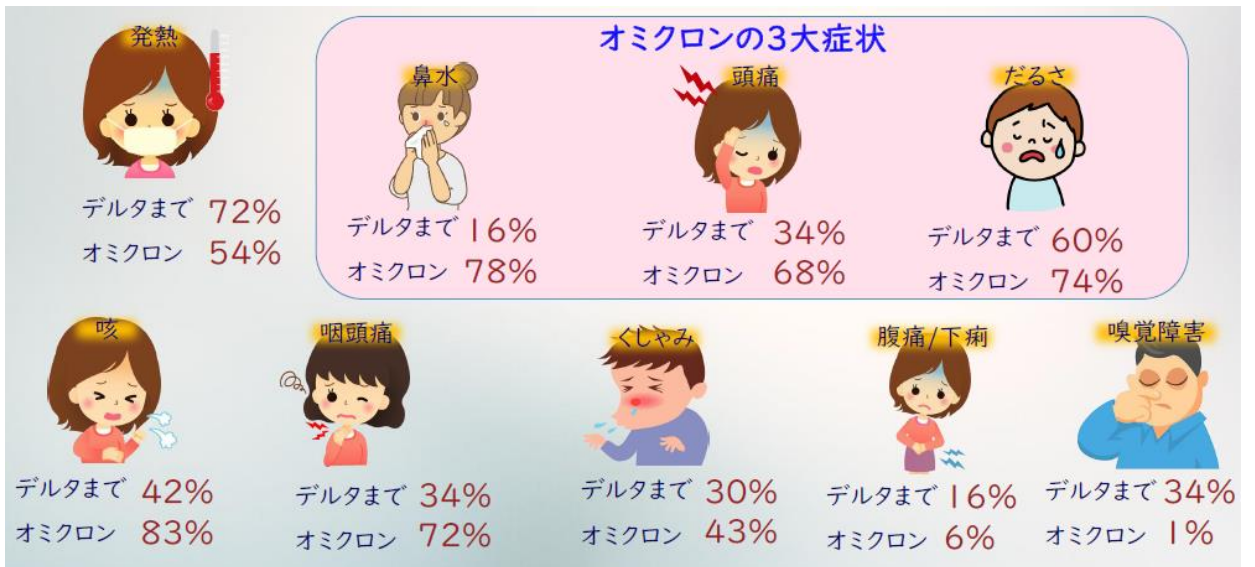
今回は、新たに発見された【オミクロン株】についての紹介です。

①オミクロン株の潜伏期間はどのくらい？

→オミクロン株は、今まで発見されていた株よりも感染してからの発症が早い！！と言われています。この図にもあるように、3～5日で発症するようです。



②オミクロン株の症状は？



★感染予防はやっぱり今まで頑張ってきた「①手洗い・消毒②マスク③換気」の感染予防をきっちりすること。感染を上げようとする行動は避けましょう。

参考：国立陶生病院 感染症内科 武藤和義先生コロナ制圧タスクフォース 今週のコロナニュース 令和4年1月9日  
<https://www.covid19-taskforce.jp/opened/coronanews20220109/>

### 大切なこと！

新型コロナウイルス感染症は未知の病気です。ですから、どんなに予防に努めていても、気づかないうちに感染してしまうことがあるかもしれません。学校に来てから急に体調が悪くなった場合は、すぐに近くにいる先生に知らせてください。安心して保健室に来てくださいね。  
※朝から発熱や、かぜの症状がある場合は、症状がなくなるまで登校を控えてください。