

臨時休業中（登校日の校内放送 3 分間指導）

保健室からのお願いです。皆さん、これからはウイルスから命を守るということを最優先に考えて下さい。朝、体温を測り 37 度以上でいつもよりも熱っぽいと感じたら思い切って学校を休んでください。

コロナウイルスは細菌ではなくウイルスです。ウイルスは手の平のような皮膚では増殖できないので、粘膜に入り込もうとします。ウイルスが付着しやすい粘膜は、眼・鼻・口と喉・そして性器です。皮膚に付着したウイルスが、粘膜に付着してしまう前に水で洗い流す必要があります、手洗いがとても大切なのです。でも、指先だけを洗うのではウイルスを含んだ水滴が手の平に飛び散り、かえってウイルスを広げてしまいます。固形石けんでは石けんウイルスが残ってしまう可能性があるため、液体石けんを使って手首から指先に向けて洗い流してください。コンタクトレンズを扱う人は眼が粘膜であることを、歯を磨くときは口腔内が粘膜であることを意識して、先ずは手洗いを徹底させてください。

また、コロナウイルスは、空気中を浮遊して、鼻や口に直接入り込む場合もあります。そのため、人が集まる場所では換気をすることが大切であり、その場合、空気のはいり口と出口を考えて、窓やドアを

2ヶ所以上開けてください。

マスクの着用は、自分の鼻水や唾液が飛び散ることを防ぐことができるので、もしもウイルスが含まれていた場合は、飛沫感染を最小限にとどめることになります。つまり、マスクの着用は、自分のためというより、周りの人、あなたの大切な人の命を守ることにつながるのです。新型コロナウイルスは感染しても症状が出ないこともあるため、「もしかしたら、自分も感染しているかもしれない」という意識を持って、行動してください。

目に見えないウイルスから命を守るために、手洗い・換気・マスクの効用を正しく理解し、このことを家族の方にも伝えてください。

以上、保健室からのお願いでした。