

新型コロナウイルス感染症「感染しない・感染させない」

高松南高校保健室

全国各地で感染者が急増しています。より一層、対策を強化しましょう。いつ・どこで・誰が感染するか分かりません。「自分は大丈夫」という考え方はやめましょう。また、感染した人がいても、その人は決して悪くありません。感染した人や濃厚接触者となった人、PCR 検査を受けた人が、辛い思いをしたり、いじめにあったりすることがないように、一人ひとりが正しく理解しておくことが大切です。

感染しない・人に感染させないための対策

新型コロナウイルスの感染経路…「飛沫感染」「接触感染」

①マスクの着用・・・咳やくしゃみ・つばを飛ばさないために有効です。なおかつ、人との距離をとることで、より一層、人への感染を防ぐことができます。

学校では、必ずマスクを着用してください。



②換気・・・密閉空間では、飛沫が空気中を漂っているため、換気することでウイルス等が屋外へ流れていきます。

③手洗い・消毒・・・手に付着しているウイルスを取り除くことができます。



④規則正しい生活・・・免疫力を高め、感染しにくい健康な身体を保ちましょう。



☆上記に加えて☆

毎朝の健康チェック・・・毎朝、自宅検温を行い、記録することで、自分の体調の変化に気づきやすくなります。また、万が一、自分の感染が判明した場合、保健所への情報提供のために必要になります。現時点から前2週間の間に、どこに行ったか、どこでだれと会ったか等、覚えておくことも大切です。

皆さんの周囲には、基礎疾患を抱えた人や高齢者等、重症化しやすい人が大勢います。家族にも当てはまる人がいるかもしれません。自分が万が一、感染していた場合、十分な対策をしなかったら、重症化しやすい人に感染させてしまう可能性があります。感染症対策は、自分を守るだけでなく、周りの人を思いやる気持ちでもあるのです。

濃厚接触者とは？（引用・参考：島根県 HP）

①距離の近さ ②時間の長さ で判断します。

○手で触れることのできる距離(1m程度)

○必要な感染予防策なし（マスクなし）

○15分以上の接触があった

等から濃厚接触者を特定します。

また、同居や飛行機内等で長時間の接触があった場合も、濃厚接触者と判断されます。

学校の場合は、換気ができていたかどうかも大きく関係してきます。

※濃厚接触者となった場合、PCR 検査の結果が「陰性」であったとしても、2週間出席停止となります。



これらのことから、学校でマスクをしていない人が多かったり、換気ができていなかったりすると、多くの人が感染する恐れがあり、クラスターが発生する可能性も高くなります。また、多くの人が濃厚接触者と特定されることが予想されます。そのため・・・

基本的な対策をはじめ、**マスクの着用・換気の実施**等を徹底しましょう。