

保健だより

令和2年12月7日
県立吉田高等学校
保健室

校内で、マスクをつけてください。

県内でもクラスターが発生した後から、意識してマスクをつける人が増えたように感じています。しかし、マスクをしていない人も一定数見かけます。もし吉田高校でクラスターが発生した時、「自分は感染症対策万全だった」と胸を張って言えるのでしょうか。



これまでに起きたクラスターには、“同じ空間で、複数人が生活している”という共通点があります。これは、学校で生活している私たちも避けられない共通点です。また、学校で起きたものの多くが「軽症」もしくは「無症状」とのことです。誰もが罹りうる、ということです。

本校は、電車を利用して登下校する生徒が多く、電車の中ではつけているのかもしれませんが・・・“同じ空間で、複数人が生活している”学校内でマスクを外したら意味がありません。自分の生活を振り返ってみてください。休み時間、昼食や運動後など、マスクを外したままにしてませんか？思い当たる人、多いのではないのでしょうか。

この前、「全員がつけているから自分はマスクをつけなくていいのでは」「息苦しいから外した、運動後だから見逃して」などと言う生徒が何人もいました。繰り返しますが、学校は“同じ空間で、複数人が生活する”場所です。先生に見つからなければ、注意されなければマスクを外していいということではありません。「皆で生活している」という自覚と、「自分もかかる可能性がある」という意識を持ってください。自分勝手な行動を控え、全員が安心して過ごせるように考えて行動しましょう。

手洗い・換気をしましょう。



石けんを使ってこまめに手を洗っていますか。新型コロナウイルスやインフルエンザウイルスの感染経路は、目・鼻・のどなどの粘膜です。人は1時間に20回程、手で顔を触るという研究報告もあります。手すりやつり革に触れた手で、自分の顔を触ってしまったら……。登校後に学校で、帰宅後に自宅で、トイレの後や食前に、石けんを使って手を洗いましょう。



教室にも暖房が入りました。換気はできているでしょうか。ウイルスは“乾燥している環境”を好みます。換気をしないと、空気中のウイルスや二酸化炭素などが多くなり、集中力の低下や免疫力の低下に繋がります。欄間は常にかけておき、休み時間ごとに対角線上の窓と扉を開けるなど、こまめに換気をするようにしましょう。