



首里中の皆さんはじめまして！今年度より赴任しました養護教諭の下地摩衣子です。
新型コロナウイルス拡大防止に伴う臨時休校が続いていますが、皆さん
元気に過ごしていますか？慣れない生活で、体調を崩してはいませんか？
感染症の拡大防止には、**ひとりひとりの努力**が必要です。予防方法は、インフルエ
ンザ等と基本的に同じです。手洗い、うがい、マスク（正しく着用する）、こまめに
水分を摂る、換気、そして、人混みに絶対に行かない事・・・これらを確実に行っ
てください。学校再開後は、元気な姿で皆さんに会えることを楽しみにしています。

新型コロナウイルスの感染経路

新型コロナウイルスの感染経路は主に2つといわれています。

飛沫感染は、患者がせきやくしゃみをしたときのしぶきに含まれる

コロナウイルスを、周囲の人が吸い込むことで感染します。

接触感染は、感染している人に直接接触したり、ウイルスが付着

した物を介して間接的に接触（ドアノブを触った手で口に触れるな

ど）したりすることによる感染です。（これは、インフルエザと風邪も同じ）



接触感染

マスク

感染症予防の3原則

- ①感染源の除去
- ②感染経路の遮断



うがい



③抵抗力を高める（栄養、運動、休息）

せきエチケットについて



マスクを着用する。

せきをしている人にマスクの着用を促す。

鼻水、たんなどを含んだティッシュや使ったマスクはごみ箱にきちんと捨てること。



せき、くしゃみの際はティッシュなどで口と鼻を押さえ、ほかの人から顔をそむける。

新型コロナウイルスの予防について



手洗い

うがい

マスク



絶対に人混みは避ける



※人の集まる場所への外出は、それだけで感染リスクが高まります。不要不急の外出をしないでください。
また、どうしても外出が必要な場合は、マスクの着用、アルコール消毒、帰宅後の手洗い、入浴、着替えなどの徹底を行ってください。

※新型コロナウイルスについてより詳しく知りたい場合は、厚生労働省 HP をご覧ください。

♪♪保健室からの連絡♪♪♪

- ・配布してある「検温及び健康観察シート」を活用して、
休校中も健康管理の徹底をお願い致します。