

ほけんだより

令和3年9月21日
保健室
第14号



裏面に「欠席について」
を掲載しています。
ご覧ください。



2学期がはじまって3週間がたちました。「休みモード」から規則正しい「学校モード」に切り替わりましたか？
新型コロナウイルス感染症が、まだまだ拡大を続けています。引き続き、コロナ対策をみんなでがんばっていきましょうね。

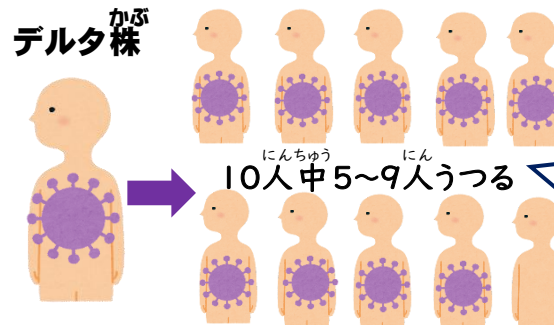
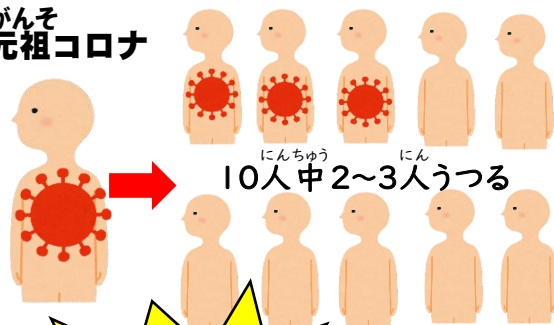
広島県緊急事態宣言 延長中

今が正念場!強い危機意識を持って,1人ひとりの行動をみなおそう!

うつらない うつさない作戦!

どうして感染者が増え続けるの?

県外由来で感染した人から,家族や同僚への感染がひろがっています。
感染力の強い変異株(デルタ株)への置き換わりが進んでいます。



最初に頭痛やのどの痛みが2~3日
続いてから熱がでることがあります。
早めの受診をお願いします。

でも デルタは今までは
次元のちがう感染力

でも これまでの感染対策をすれば自分の身を守ることができる
★ポイントはどれだけできるか★

マスクやフェイスシールドの効果

【スーパーコンピュータ富岳によるシミュレーション結果】

対策方法	なし	マスク			フェイスシールド	マウスシールド
吐き出し飛沫量	100%	80% カット	66~78% カット	50% カット	20% カット	10% カット
吸い込み飛沫量	100%	70% カット	35~45% カット	30~40% カット	小さな飛沫に対しては効果なし (エアロゾルは防げない)	

朝の健康観察

必ず家で体温を測り,体調を健康観察カード
に書きましょう。
体調が悪いときは無理せず休みましょう。

マスクの着用

正しくマスクをつけましょう。
不織布マスクが最も効果があると言われています。
(息苦しさを感ずる人や,肌の弱い人は自分に合うものを使ってね)

ソーシャルディスタンス

人との距離を2メートル(最低1メートル)あけましょう。
大切な自分・友だちを守る為 さみしいですが
距離を開けましょう。

手洗い

石けんをつかって,ていねいに洗いましょう。
消毒もしよう!

ひとりみんなのために みんなひとりのために とよまつっ子みんなでコロナをのりこえよう



～新型コロナウイルス感染症拡大防止に関する欠席について～

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため次のご協力をお願いいたします。

- ① 発熱等の風邪症状がある場合には、登校させないでください。
- ② 同居者の家族に風邪症状が見られる場合も、登校させないでください。
- ③ 上記①②の場合は「欠席」の扱いとしますので、欠席連絡の際にその旨お知らせください。
- ④ 毎日の検温を徹底していただき、健康観察カードに必ずご記入ください。
- ⑤ ※②について、病院受診した結果、コロナウイルス感染症の疑いがない場合は、保護者の判断で登校させていただいてよいと考えます。

何かご心配な点などありましたら豊松小学校（TEL:84-2011）までご連絡ください。

**広島県で
ノロウイルスによる集団感染の発生が増加し
ています！**

ノロウイルス

ノロウイルスは、牡蠣やしじみ、あさり、ホタテ等の二枚貝の消化管に潜んでいて、食べた人の腸内で増えます。微量の菌でも感染し、1～2日の潜伏期間を置いて、悪寒、発熱、下痢、嘔吐、腹痛などの症状が出ます。特に牡蠣は消化管を含めて生で食べる人が多いので、発症の可能性が高くなります。症状が出たら、すぐ医師にかかりましょう。症状が治まっても2～3週間は便の中にウイルスが出ることがあります。二次感染をしないよう、十分な注意が必要です。

下痢の症状があれば、入浴は一番最後にするか、シャワーだけにしたほうがよいでしょう。食事は油物を避け、野菜スープや味噌汁などの温かい物を薄味にして出しましょう。また、りんごやにんじんには整腸作用があるので、りんごのすりおろしを与えたり、にんじんをおかゆに混ぜたりして調理するのもお勧めです。毎日の予防には、調理前の十分な手洗いはもちろん、調理器具を塩素系の漂白剤に浸けたり、熱湯をかけて消毒をしたり、食品を熱湯で1分以上加熱したりすることが効果的です。