

# はれ 時々 ほけんしつ

「正しく知って正しく備えよう」号

令和4年1月26日  
来見小学校  
ほけんしつ

新型コロナウイルス感染症の感染拡大速度はゆるやかになっていますが、医療の逼迫を防ぐため、1月25日、重点処置の延長が決定されました。期間は2月20日までです。  
感染対策について保健指導をしています。保護者の方のご理解とご協力をお願いいたします。

## 「オミクロン株」について知ろう

### 【オミクロン株ってどんなウイルスですか？】

- 令和3年（2021年）11月26日にコロナウイルスの変異株として、「オミクロン株」と名付けられました。
- 令和3年（2021年）11月24日に南アフリカからWHOへ最初のオミクロン株感染例が報告されて以降、12月21日までに日本を含め全世界106か国から感染例が報告されています。
- 大規模クラスターの発生や、広範囲での市中感染が継続し、感染例の急増につながっています。

### 【お互い様の気持ちで……。いつ、だれがなってもおかしくない】

- 「大丈夫?」「元気になってね」とやさしい声かけをしましょう。
  - SNSに悪口などの書き込みや、うわさ話をしないようにしましょう。
  - 家族にうつさないように、しっかり手洗い、マスク、換気をしましょう。
  - 自分の免疫力を高めるために、好き嫌いせず、朝・昼・晩の食事をきちんと食べたり、夜は早く寝たり、学校ではしっかり外遊びをするなどの規則正しい生活ができるように心がけましょう。
- 【引用：国立感染症研究所 HP】

## 運動場で一斉指導をしました



## お家の方へお願い

学校生活では、基本的な感染予防を徹底しています。特に、マスク着用（不織布マスクの推奨）、手洗い、常時換気です。

### ①寒さ対策

教室も体育館でも、換気のためにドアや窓を開放しています。外の風が入ってきて寒いので、膝掛けや長ズボン等の防寒着を着るなど、寒さ対策をお願い致します。

### ②欠席について

体調が悪い場合は、病院受診をお願いいたします。その際は、今まで通り、出席停止となり、欠席扱いにはなりません。

## 学校医の原田先生（神石高原町立病院院長）より助言をいただきました

オミクロン株は、今までのコロナウイルスより小さいです。インフルエンザウイルスのように、空気中にフワフワ飛びます。そのため、大切なことは、常時換気をして、新鮮な空気を取り入れるということです。

### 適切な換気の仕方

- ①部屋は、2カ所対面で開放する。
- ②一方は全開なら、片方は5cm～10cmの開放でよい。
- ③「すきま風が入って寒いなあ。」と言うぐらいがちょうどよい。

### 給食は黙食で

マスクを外して食事をする場面が1番感染リスクが高まります。食事中はだまって食べるようにしましょう。