



9月ほけんだより



令和3年9月1日 第12号 保健室

なつやす お きょう しんがっき
夏休みが終わり、今日から新学期です。

しんがっき ひ つづ かんせんしょうたいさく がんば てあら
新学期も、引き続き感染症対策を頑張りましょう！せきエチケット・手洗いでできているかな？
もう一度確認をしましょう！

がつ にち ひろしまけん きんきゅうじたいせんげん て うらめん しんがた
9月12日まで、広島県に「緊急事態宣言」が出ています。裏面に「新型コロナウイルス・ワクチンについてのQ&A」をのせているので、おうちの人と一緒に読んでみましょう。

せきエチケット なな かじょう 七ヶ条



- その1 せきエチケットとは、せきやくしゃみが出たときに、まわりの人へ病気をうつさないマナーである。
- その2 顔をほかの人にむけずに、はなれてくしゃみ・せきをするべし。
- その3 マスクをするべし（あつい時・しんどい時はとるべし）
- その4 マスクがない時は、ティッシュでおさえるべし。
- その5 ティッシュがないときは、ふくでおさえるべし。
- その6 せき・くしゃみをおさえた手は、すぐあらうべし。
- その7 つかったティッシュは、きちんとゴミ箱にすてるべし。



ただ て 正しい手洗い



いちど かくにん もう一度確認を♪

てあら 手洗い

てあら かんせんしょう よぼう
手洗いはかぜや感染症の予防にもつながります。
て て あら しゅう かん つ
しっかり手を洗う習慣を付けましょう。

きれいな て あら かた
手の洗い方

 <small>て</small> 手をぬらしま す。	 <small>せっ</small> 石けんをつけ ます。	 <small>て</small> <small>ひら</small> 手の平を <small>あら</small> 洗います。	 <small>て</small> <small>こう</small> 手の甲を <small>あら</small> 洗います。
 <small>ゆび</small> <small>ゆび</small> <small>あいだ</small> 指と指の間を <small>あら</small> 洗います。	 <small>ゆびさき</small> <small>つめ</small> <small>なか</small> 指先、爪の中を <small>あら</small> 洗います。	 <small>て</small> <small>くび</small> 手首を <small>あら</small> 洗います。	 <small>せっ</small> 石けんをしっかり <small>なが</small> 流します。

きれいなハンカチ
でふきましょう。

てあら

手洗いの6つのタイミング

そと きょうしつ
外から教室にはいると



せき やくしゃみ, はな
咳やくしゃみ, 鼻を
かんだとき



きゅうしょく ぜんご
給食の前後



あと
そうじの後



あと
トイレの後



きょうゆう
共有のものを
さわったとき





ワクチンについてのQ&A

厚生労働省 HP 新型コロナワクチン Q&A 引用

Q 変異株の新型コロナウイルスにも効果はありますか？

A 一般論として、ウイルスは絶えず変異を起こしていくもので、小さな変異でワクチンの効果がなくなるというわけではありません。それぞれの変異株に対するワクチンの有効性がどのくらいあるのかについても、確認が進められています。

Q 年齢によって、ワクチンの効果や副反応に違いはありますか？

A 今回のワクチンは高齢者に対しても高い発症予防効果があります。一方、若年者に比べて高齢者の方が少し副反応が出にくいことが分かっています。

Q ワクチンを接種した後も、マスクは必要ですか？

A ワクチンを接種することで、接種した人の発症を予防する効果だけでなく、感染を予防する効果も示唆するデータが報告されています。しかしながら、その効果は100%ではないため、引き続き感染予防対策を継続していただくようお願いします。

Q ワクチンについて相談したいとき、どこに相談すればよいですか？

A 自治体の窓口やコールセンター、かかりつけの医師などにご相談ください。厚生労働省もコールセンターを設置しています。

■国（厚生労働省）

新型コロナワクチンコールセンター（0120-761770）において、コロナワクチン施策の在り方などに関する問合せに対応します。

新型コロナウイルスについてのQ&A



厚生労働省 HP（2021年8月時点）新型コロナウイルス感染症の“いま”に関する11の知識 引用

Q 新型コロナウイルスウイルスの変異株について

A 一般的にウイルスは増殖・流行を繰り返す中で少しずつ変異していくものであり、新型コロナウイルスも約2週間で一か所程度の速度で変異していると考えられています。

現在、新たな変異株が世界各地で確認されており、こうした新たな変異株に対して警戒を強めていく必要があります。

日本では、B.1.617.2系統の変異株（デルタ株）への置き換わりが進んでおり、スクリーニング検査での陽性率（機械的な試算）は、全国的には約45%となっています。

厚生労働省では、新型コロナウイルスのゲノムを解析し、変異の状況を監視しています。

世界保健機関（WHO）や専門家とも情報交換を行い、こうした変異の分析・評価を行うとともに、国内の監視体制を強化しています。また、変異株事例が確認された場合には、検査や積極的疫学調査を強化して、感染拡大防止に取り組んでいます。

個人の基本的な感染予防対策は、変異株であっても、3密（密集・密接・密閉）や特にリスクの高い5つの場面の回避、マスクの適切な着用、手洗いなどが有効です。

Q 海外と比べて、日本で新型コロナウイルス感染症と診断されている人の数は多い？

A 日本の人口当たりの感染者数、死者数は、全世界の平均や主要国と比べて低い水準で推移しています。

Q 新型コロナウイルス感染症を拡げないためには、どのような場面に注意する必要がありますか？

A 新型コロナウイルス感染症は、主に飛沫感染や接触感染によって感染するため、3密（密閉・密集・密接）の環境で感染リスクが高まります。このほか、飲酒を伴う懇親会等、大人数や長時間におよぶ飲食、マスクなしでの会話、狭い空間での共同生活、居場所の切り替わりといった場面でも感染が起きやすく、注意が必要です。