

保健室からの Message 4月号

2021.4.16 長浜北星高校保健室

～コロナ禍が続く中、みんなのできることは？～

ー昨日18時、「近畿1936人、過去最多の新規感染者数」と端末機画面にテロップが表示されました。大阪では3日連続で新規感染者が1,000人を超えたことで、より強い内容の緊急事態宣言の要請が出されるとのことです。具体的には小・中・高校でのクラブ活動の自粛や大学でのリモート授業の実施要請ですが、この状態が続くといずれは滋賀県でも同様の措置が取られ、昨春と同じ自粛状態から免れることはできないと考えられます。

それでは、一体どのようにすればいいのでしょうか・・・。

決して特別なことではないのです。まず、

- ① マスク着用は守れていますか？
- ② 三密（密閉・密集・密接）を避けていますか？ 換気をしていますか？
- ③ こまめに手指消毒（石鹸手洗いやアルコール消毒など）はできていますか？



これら最も基本の感染予防対策を一人一人が自覚をもって行えていたら、4度目の感染拡大は避けられていたかも知れません。成長発達段階にある皆さんにとって昨春のような事態は耐え難い状況だったのではないのでしょうか。さらなる感染拡大を食い止めるため、力を合わせ一丸となってしっかり向き合いましょう。

不織布・布・ウレタンマスクの予防効果の比較

	マスクなし	不織布	布	ウレタン	フェイスシールド	マウスシールド
吐き出し飛沫量	100%	20%	18～34%	50%	80%	90%
吸い込み飛沫量	100%	30%	55～65%	60～70%	小さな飛沫に対しては効果なし	

※あくまでも豊橋技術科学大学で実験されたデータを参考にした値です。

マスクについては、それぞれに長所もあれば短所もあります。自ら感染を広げない！感染しない！・・・そのためには毎日清潔なマスクを着用することこそが重要なのではないのでしょうか。

必ずこの事態から抜け出せる日が来ます。心身ともに健康にその日を迎えるために、さらに自己犠牲を厭わず働く医療従事者の方々の貢献に報いるためにも、正しい感染拡大予防方法でこの禍を乗り越えましょう。

保健室関係スタッフを紹介します！

今年度、皆さんの健康の保持増進をサポートして下さる学校医・学校歯科医・学校薬剤師の先生方です。

	学校医	中西 康雄医師 奥田 哲也医師
	学校歯科医	清水 哲之歯科医師 伊藤 宗寛歯科医師
	学校薬剤師	上野 暢之薬剤師

次に学校生活を快適に過ごせるよう心身のサポートをする保健室スタッフです。

教育相談担当	富永 雅博教諭（英語）	
特別支援担当	水口 順子教諭（介護福祉科）	
全日制	山本 直子養護教諭	
高等養護学校	澤 智子養護教諭	
どうぞよろしくお願いいたします。		

定期健康診断について（今後の予定）

実施日時	項目	学年
4月20日（火）	内科検診	3年生
4月21日（水）	内科検診	3・2年生
4月26日（月）	内科検診	2年生
5月24日（月）	内科検診	1年生
5月25日（火）	内科検診	1年生
5月26日（水）	検尿（二次）	有所見者、未提出者
5月27日（木）	検尿（二次）	有所見者、未提出者
6月2日（水）	歯科検診	3年生
6月8日（火）	歯科検診	1年生
6月11日（金）	歯科検診	2年生
5月中旬（未定）	身体測定・視力・聴力検査	未検者対象

定期健康診断において何らかの異常が見つかった場合は、再検査・精密検査を受けてもらうこととなります。連絡通知を受け取ったら、速やかに専門医を受診してください。

「ソーシャルディスタンス」言い換え
『フィジカル(身体的な)ディスタンス』でまん延防止に注力を！