

ほけんだより

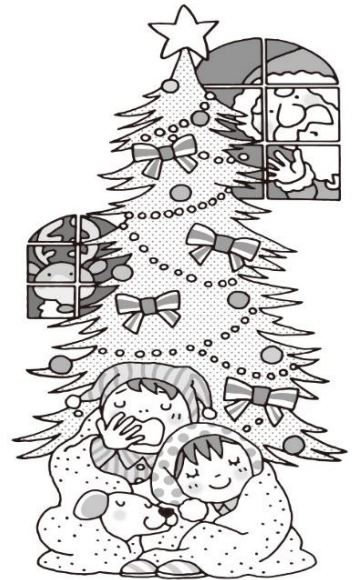


令和2年12月22日

2020年も残りわずかとなりました。今年の冬休みはどのように過ごしますか？クリスマス、年越し、お正月などイベントがたくさんあります。例年通りとはいかないかもしれませんが、各自、感染症対策をしっかり行い、工夫を凝らして楽しい冬休みにしたいですね。

新型コロナウイルス感染症の感染状況

・10歳未満や10代では、新型コロナウイルスの罹患率が他の年代と比べて低くなっていると言われています。しかし、必ずしも罹患しないわけではありません。高校生の感染者数は全国で1224人(令和2年6月1日～11月25日までに文部科学省に報告があったもの)であり、感染経路で最も多いのは「感染経路不明」です。これは、生活圏が広がる高校生の特徴であるとも言われています。学校外における自らの行動を振り返り、今一度、感染症対策を意識することが大切です。自らの行動を律することは、身近にいる大切な人を守ることにもつながります。「自分は大丈夫」は危険です！今こそ、思いやりを大切に、過ごしていきたいですね。



新型コロナウイルス感染症の

“いま”についての知識

厚生労働省 HP (2020年11月時点)より

日本ではどれくらいの人新型コロナウイルス感染症と診断されているか。

日本では、これまで約139,491人が新型コロナウイルス感染症と診断されており、これは全人口の約0.1%に相当します。

新型コロナウイルスに感染した人が、他の人に感染させてしまう可能性がある期間。

発症の2日前から発症後7～10日間程度とされています。また、この期間のうち、発症の直前・直後で特にウイルスの排出量が高くなると考えられています。このため、新型コロナウイルス感染症と診断された人は、症状がなくとも、不要・不急の外出を控えるなど感染防止に努める必要があります。

新型コロナウイルス感染症と診断された人のうち、どのくらいの人他の人に感染させていますか。

他の人に感染させているのは2割以下で、多くの方は他の人に感染させていないと考えられています。このため、感染防護なしに3密の環境で多くの人と接するなどによって1人の感染者が何人もの人に感染させてしまうことがなければ、新型コロナウイルス感染症の流行を抑えることができます。

体調が悪いときは、不要・不急の外出を控えることや、人と接するときにはマスクを着用するなど、多くの人に感染させないように行動することが大切です。

新型コロナウイルス感染症を広げないためには、どのような場面に注意する必要があるか。

主に、飛沫感染や接触感染によって感染するため、3密の環境で感染リスクが高まります。このほか、大人数や長時間に及ぶ飲食、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。

冬休みも注意して過ごしましょう！

感染リスクが高まる場面

大人数や長時間におよぶ飲食

・5人以上の飲食では、大声になり飛沫が飛びやすくなるため、感染リスクが高まる。



マスクなしでの会話

・マスクなしに近距離で会話をすることで、飛沫感染やマイクロ飛沫感染での感染リスクが高まる。マスクなしでの感染例は、カラオケなどが確認されている。

車やバスで移動する際の車中でも注意が必要。



狭い空間での共同生活

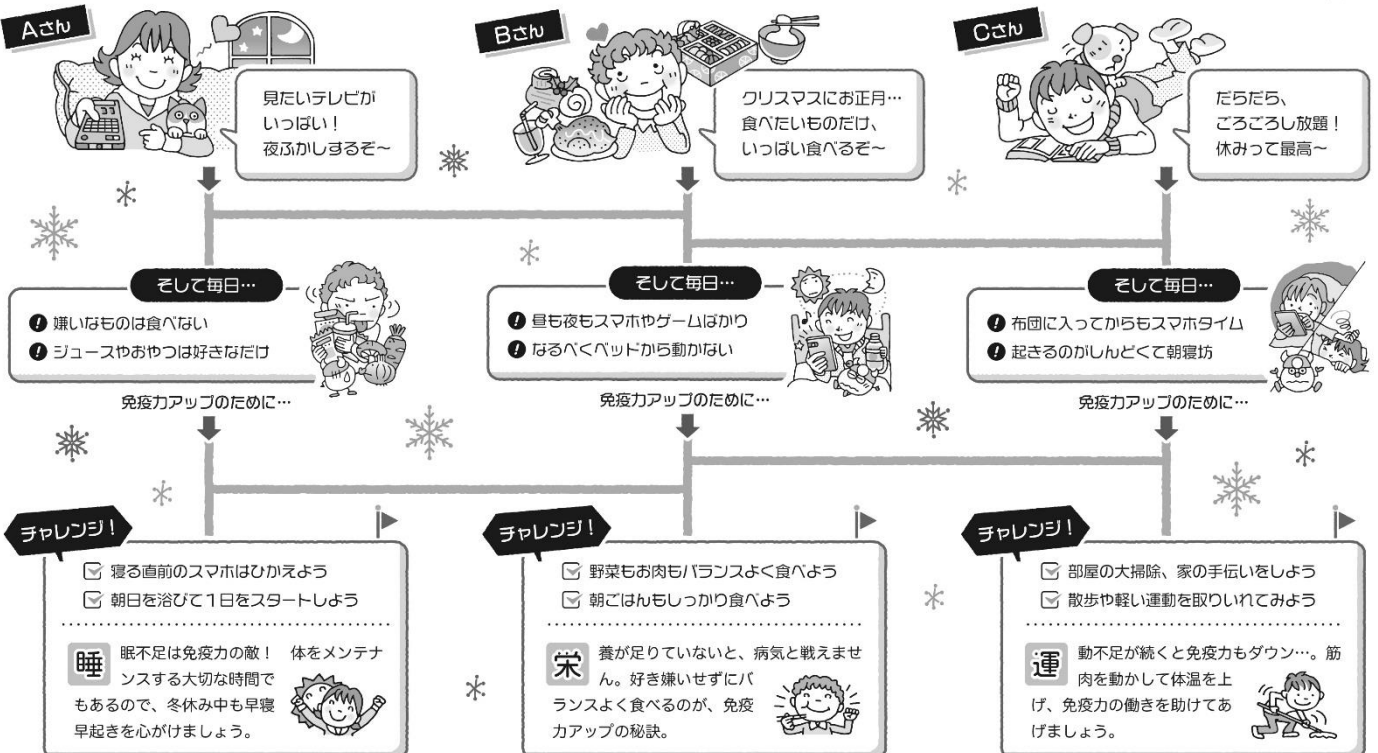
・狭い空間での共同生活は、長時間にわたり閉鎖空間が共有されるため、感染リスクが高まる。

居場所の切り替わり

・居場所が替わると、気の緩みや環境の変化により感染リスクが高まることもある。休憩室や更衣室での感染が疑われる事例が確認されている。

免疫力アップ! あみだくじ

冬 休み中のAさん、Bさん、Cさん。こんな過ごし方では、免疫力が落ちてウイルスに狙われやすくなるかも。免疫力を上げる生活習慣を身につけよう!



新学期、元気なみなさんに会えることを楽しみにしています(*^-^*) 良いお年を☆