

新型コロナウイルス感染症の 予防について



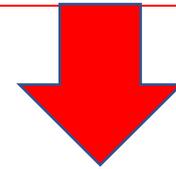
COVID-19

正しい知識を理解しよう！



ウイルスの侵入方法

目・鼻・口などにウイルスが入り、粘膜から体内に入り込んで増殖！



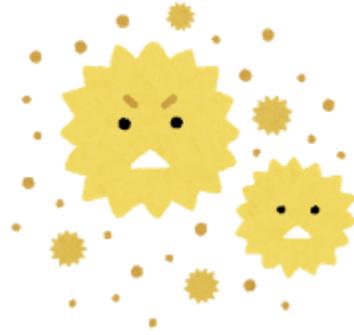
<問題点>

- ウイルスは目に見えないほど小さい。
- ウイルスはどこにあるかわからない。



ウイルスは、あらゆるところに付着している・・・

感染のしかた

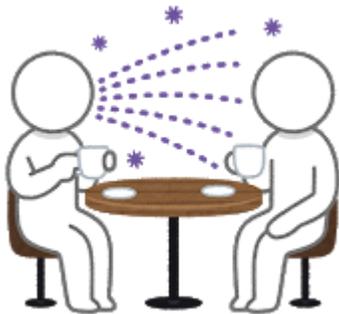


●接触感染

机の上、ドアノブ・スイッチなど共有するものや、床面など、ウイルスが付着しているものを介して感染する。

●飛沫（ひまつ）感染

会話や咳・くしゃみの飛沫により、ウイルスが飛散して感染する。



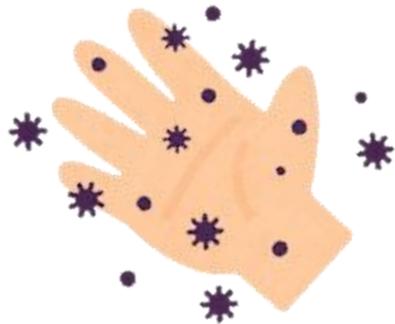
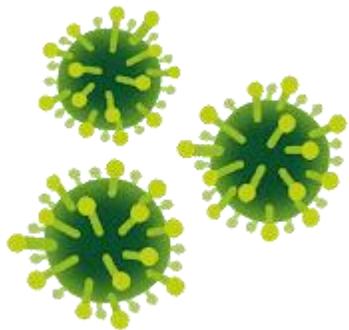
<うつらない>

感染予防① 換気・衛生



•換気

•衛生（机上やよく使うものの消毒）



<うつらない>

感染予防② 手洗い

- 手洗いは石けんを使って30秒♪
つめも短く切りましょう。



<30秒の目安> ♪ Happy birthday to you.の曲を2回分

♪ Happy birthday to you. Happy birthday to you.
Happy birthday dear ○○. Happy birthday to you.♪

手のひら・手の甲・指の間・爪の先・親指のつけ根・手首

を意識して洗おう！



洗った手は、自分の
ハンカチで拭く

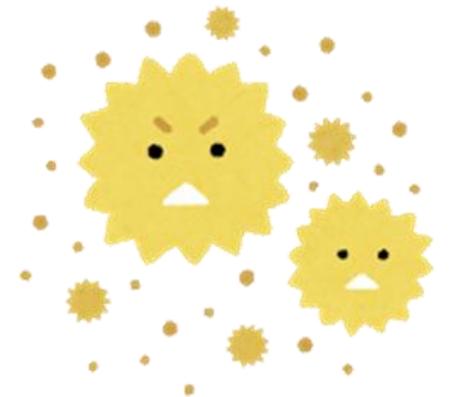
毎日清潔なハンカチをもちあるこう！

<ポイントは、石けんの泡>

石けんの泡には、手についたウイルスを約86%破壊させる効果が！

特に気を付けたい <5つのタイミング！>

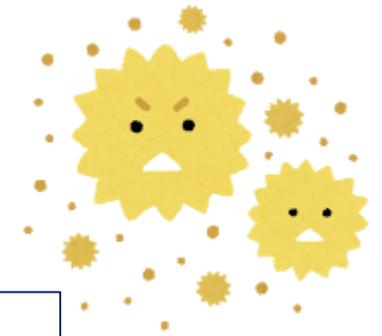
- ①公共の場所から帰ったとき
- ②咳・くしゃみ・鼻をかんだあと
- ③ごはんを食べるとき
- ④病気の人のお世話をしたとき
- ⑤外にあるものを触ったとき



家に帰ったら・・・

- 石けん手洗い（ポイントは、石けんの泡）
- 洗顔（顔を洗う）
- シャワーを浴びる

多くの方が、無意識に顔をさわっています。
マスク以外の部分についてのウイルスを除去するために、顔を洗いましょう。
できれば、頭や体のウイルスを流すために、シャワーや入浴がおすすめです。



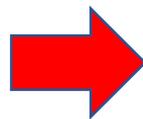
<うつさない>

感染予防③ 咳エチケット

新型コロナウイルスではなくても、咳やくしゃみをする場合があります。ウイルスは目に見えないので、周りの人に不快な思いをさせないことがエチケットです。



鼻もあごもしっかりおおいます。



もし、その場にマスクがない場合は、ハンカチや腕で鼻や口を押さえましょう。

マスクの処理の仕方



- マスクの表面を触らないようにして外す。
- マスクは家で処理する。
ゴミ袋の口はしっかりしばって捨てる。

<うつらない>

感染予防④ 調和のとれた生活

●調和のとれた生活を送る

- ・運動
- ・食事
- ・休養・睡眠



<うつらない・うつさない>

感染予防⑤ 自分自身 & 大切な人を守る

緊急事態宣言が解除されても・・・

★不要不急の外出を避ける

★3密を避ける

密閉防止：換気

密集防止：人数制限・空間の広さの配慮

密接防止：身体的距離の保持

密閉



密集

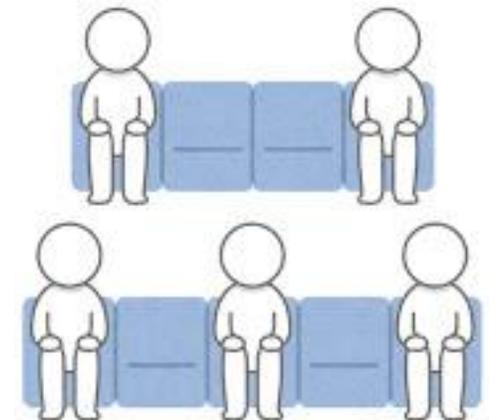
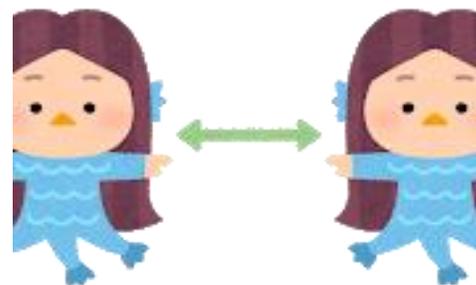


密接



身体的距離（フィジカルディスタンス）を保つ

約2メートル



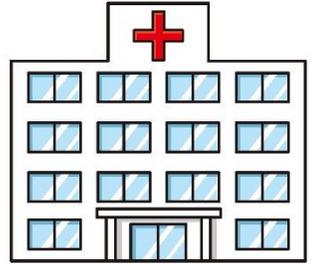
<考えよう！>

★差別や偏見

根拠のない話、うわさ、偏見や差別などに疑問を持つ心を育てよう！

●感染した人を責めない、特定の人に対する思い

感染した人は、責任を感じていたり、感染経路が確かでない。
医療の現場で働いている人やその家族、感染が広がっている地域の人、
咳をしている人への思い。



●正しい情報を知り、言動に注意する。

悪い情報にばかり目を向けずに、正しい情報を知る。
相手の立場になって考え、差別的な発言や行動には十分気を付ける。



新型コロナウイルスの3つの怖さ

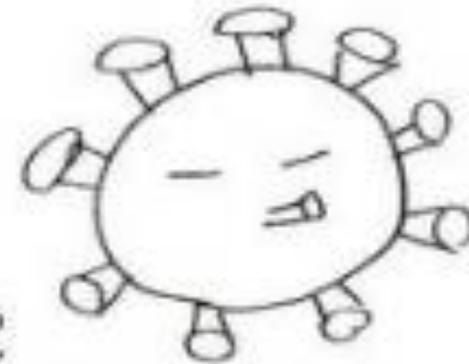
負のスパイラルで“感染症”が拡がる

③差別を受けるのが怖くて熱や咳があっても受診をためらい、結果として病気の拡散を招く



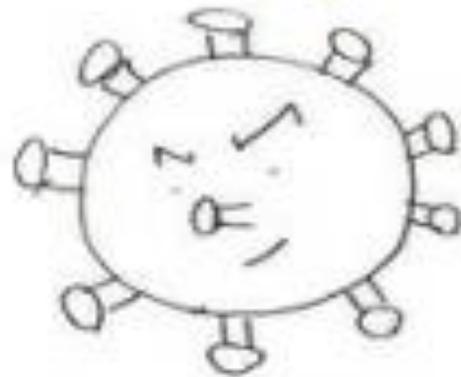
第1の“感染症”
「病気」

①未知なウイルスでわからないことが多いため不安が生まれる



第2の“感染症”
「不安」

②人間の生き延びようとする本能によりウイルス感染にかかわる人を遠ざける

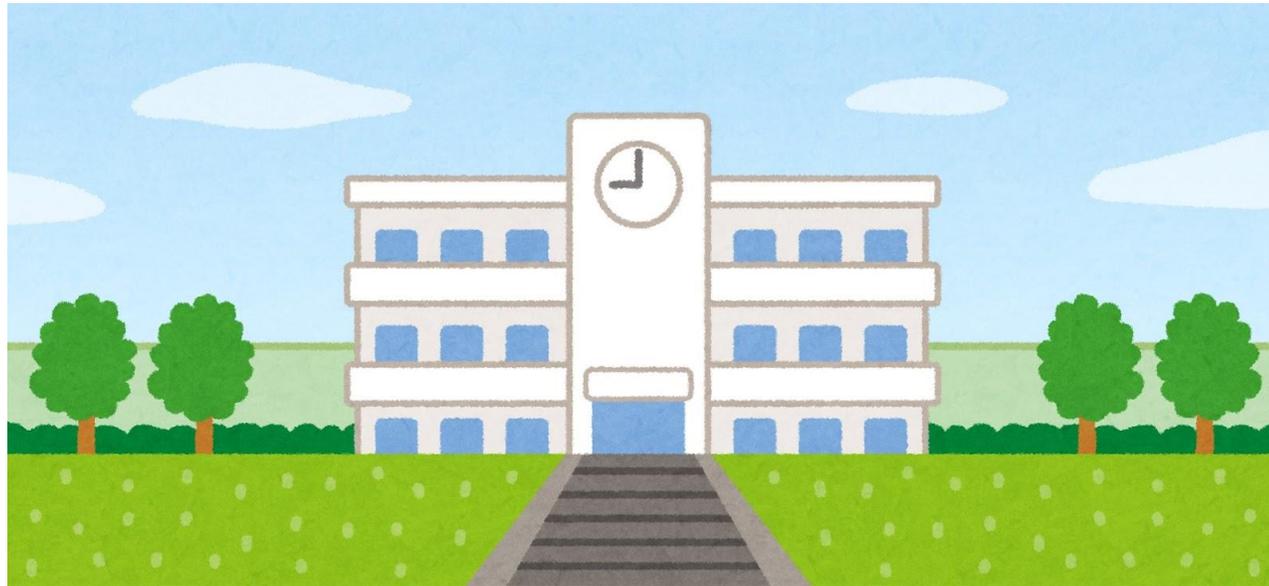


第3の“感染症”
「差別」

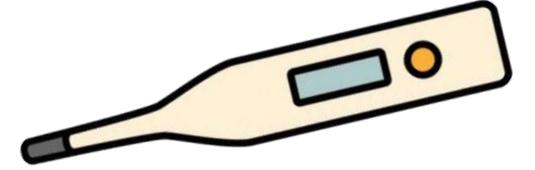
この“感染症”の怖さは、病気が不安を呼び、不安が差別を生み、差別が更なる病気の拡散につながる事です。

3つの“感染症”は
どうつながっているの？

感染防止対策 < 学校生活の一日の流れ >



感染防止対策＜学校生活の一日の流れ＞



①朝起きて**検温・体調チェック**

→検温カードに記録して、学校に持ってくる。

※37.0℃以上の体温・体調不良の場合は、家で様子を見る。

②**マスク**をして、安全に登校する。

③登校したら、

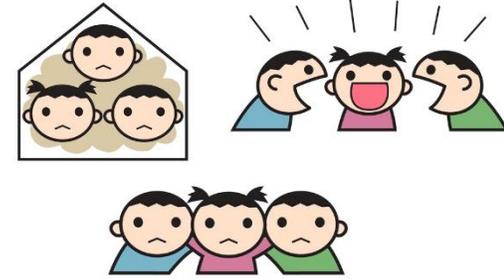
手を**石けんで洗う** または **アルコールで消毒**をする。

④担任の先生に、**検温カードを提出**する。

* 学校で体調不良を感じたときには、

無理をせず、先生に相談してください。

～学校において気を付けること～



● 3密（密閉・密集・密接）にならない。

● 距離をとる。（トイレや水道、移動教室）

● しっかり石けんで手を洗う。（特にトイレ後や給食前）



● 手洗いのあとは、毎日清潔なハンカチで拭く。

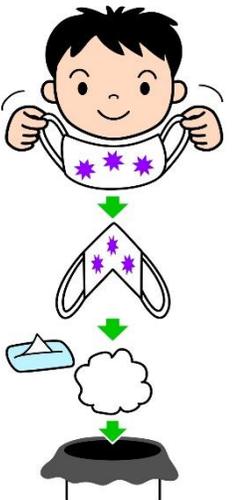
※ウイルスが付着している可能性があるので、まちがっても衣服では拭かないこと。友達の手拭きを使うのも禁止。

● つめを短く、清潔の保つ。



● マスクの取り外しは少なく。

マスクのおもて面を触らないようにする。



見えないウイルスを相手にするのは、とても大変です。だからこそ

正しい情報を得て、冷静な行動をとろう！

