

ほけんだより12

令和2年12月4日

横浜市立丸山台小学校

今年もあと1ヶ月となりました。新型コロナウイルスの感染予防のため、今年はずっとと違う年でしたね。がまんすることも多かったと思いますが、みんながんばってすごしていました。

寒さが増すにつれ、また新型コロナウイルスの陽性者が増えてきました。マスクや手洗いにも慣れてきて、少し気のゆるんでしまったところはありませんか？ ここでもう一度気持ちを引き締めて、しっかりと感染予防していきましょう。

大切なのは、**マスク** **手洗い** **三密を避ける** です。



マスクから鼻が出ていませんか？

鼻が出ていると、ほとんどマスクをしていないのと同じで、自分の感染予防には全く効果がありません。しっかり鼻の上までマスクをしましょう。

うちかた
お家の方へ

マスク（特にウレタンマスク）が下がって鼻が出ている子をよく見かけます。わざと下げているのではなく、上げて少し喋ったりするとすぐに下がってしまうようです。特に低学年の子は顔が小さいためか、下がってしまう子が多いようです。鼻が出ている子には学校でも声をかけますが、お家でも様子を見ていただき、あまりすぐに下がるようなら、下がりにくいマスクに交換していただけたらと思います。よろしくお願ひします。



病気の原因となるウイルスを運ぶ「飛まつ」

「飛まつ」とは

くしゃみなどで口から飛ぶつばの細かいしぶきのことを「飛まつ」といいます。飛まつは目に見える大きいものから、5μm(0.005mm)くらいの目に見えない小さなものまであります。

くしゃみ



せき

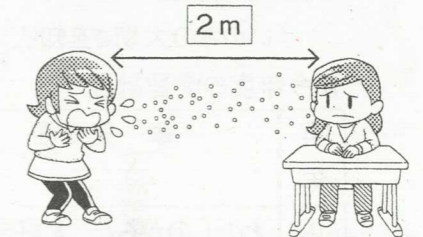


会話



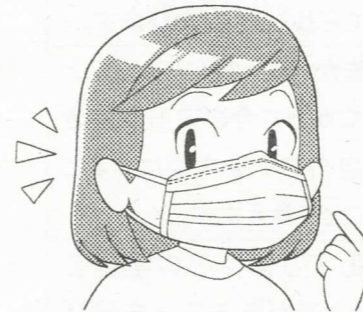
また、ウイルスに感染した人が飛ばす飛まつの中には、ウイルスが入っていることがあり、ほかの人への感染源になります。

飛まつはどれくらい飛ぶの？

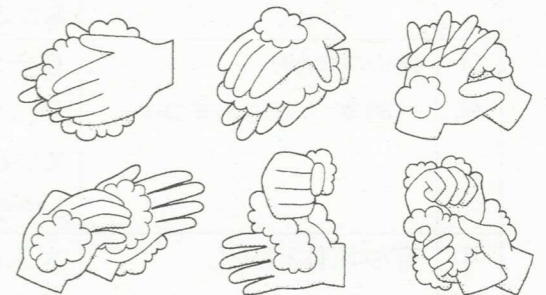


飛まつによるウイルスの感染を防ぐには

マスクを着用する

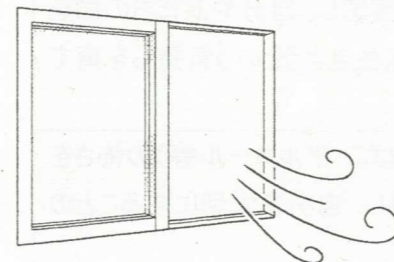


手のすみずみまで石けんを使って洗う



こまめに換気をする

(空気中に残る飛まつを外に出す)



ほかの人と1~2mの距離をとる

(飛まつは飛ぶ距離は2mまでなので)

