

# ほけんだより2月

豊田市立井郷中学校 保健室

★今月の保健目標★  
「新型コロナウイルス・インフルエンザの  
予防に努めよう」(換気・加湿)

来週以降、日中は10℃台になる予想です。春に向けて暖かくなり、多くの人を悩ませるのが「花粉症」です。今年は暖冬の影響もあり、花粉が飛び出す時期が早まる予想です。早めの対策をおすすめします。

## 乾燥注意報発令中

豊田市では、乾燥注意報が発令されています。空気が乾燥していると、肌荒れやニキビの悪化、ドライアイにつながります。また、せきやくしゃみなどで空気中に飛散した(飛び散った)ウイルスがより遠くへ飛び、長い時間空気中に漂うことが分かっています。

各教室には、加湿器が置いてあります。換気と加湿のバランスに注意しながら、教室内の湿度が40~60%になるようにしましょう。



## マスクの効果

マスクは鼻や口にウイルスが入るのを防ぎます。マスクの編み目の細かさによってウイルスの侵入を防げる確率が変わります。一般的に、医療用マスク→不織布マスク→布マスクの順で低くなっていきます。多くの人が使用しているのは不織布マスクです。せっかくのマスクも正しい使用方法を守らなければ効果が半減してしまいます。

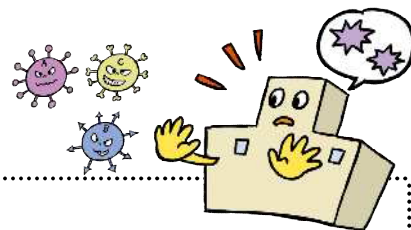


## 感染症対策の強化を！

新型コロナウイルス感染症の流行が第10波に入っていると言われています。また、インフルエンザの感染も増加をしており、学校内外問わず感染症対策の強化をする必要があります。

どちらの感染症も感染力が強く、ウイルスの形が変化していくため一度感染した人でも、再度感染する可能性があります。手洗い・うがいだけでなく、マスクの着用や換気の励行、人混みを避けるといった対策を行い、予防をしていきましょう。

ワクチン接種にも高い予防効果があると言われていますが、絶対に感染しないわけではないことと、副作用があることを考慮して接種をするかどうか判断しましょう。



### 保護者の方へ

\*発熱後、1日で解熱した場合、または咽頭痛や咳のみの症状でも、検査で陽性結果となるケースが増えています。風邪症状がある際には、受診にご協力ください。

\*学級や学年での流行状況によっては、体調不良者の発熱の有無にかかわらず早退のご連絡をする場合があります。可能な限り早めのお迎えにご協力ください。