

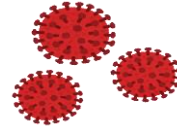
生徒（保護者）の皆さんへ

国分高等学校 保健部

新型コロナウイルス感染症について

4月16日、「緊急事態宣言」の対象地域が全国に拡大し、鹿児島県も対象となりました。現時点で、鹿児島県内の感染者は増加傾向であり、日頃の感染症予防行動の徹底が重要です。一人一人が、感染症予防に努め、自分、家族、友人、地域、鹿児島の健康を守っていきましょう。

新型コロナウイルス感染症（潜伏期間1-14日、一般に5日）



病原体：コロナウイルス

（これまで知られてきた6種類のコロナウイルスとは別の新しいタイプのコロナウイルス）

症状：発熱、のどの痛み、咳が長引く、強い怠さ（倦怠感）

※これらの症状が出ない人（キャリア）からも感染することがある

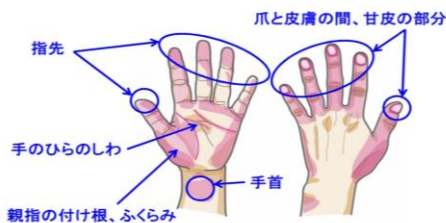
感染経路

- ① コロナウイルスが、口や鼻から入っていくことで感染する（咳やくしゃみ、至近距離での会話）
- ② ウイルスが付いているもの（電車やバスの吊革、ドアノブ、エスカレーターの手すり、スイッチなど）をさわった手で、口などを触ることで感染する

コロナ対策予防

- ① 手洗い：手洗いなしでは、残存ウイルス数が約100万個と言われている。洗い残しに注意して、帰宅後、食事前、不特定多数がさわったものに触れた後には石けんでよく手を洗おう

洗い残しの多い部分



① 手洗い 正しい手の洗い方

① 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。

② 手の甲をのぼすようにこすります。

③ 指先・爪の間を念入りこすります。

④ 指の間を洗います。

⑤ 親指と手のひらをねじり洗いします。

⑥ 手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

手洗いの前に 爪は短く切っておきましょう。時計や指輪を外しておきましょう。

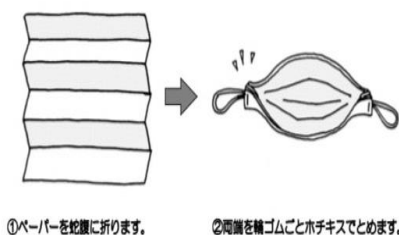
- ② 咳エチケット：咳をする時は、マスク、ティッシュ、ハンカチ、袖で口鼻を覆う

- ③ 3密（密閉・密集・密接）を避け、室内を適度に換気

～マスクの作り方～

その2

その1

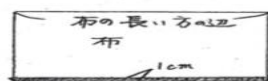


①ペーパーを蛇腹に折ります。 ②両端を輪ゴムごとホチキスでとめます。

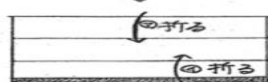
千葉県養護教諭会

簡単マスクを作ってみよう

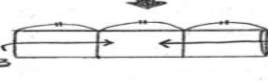
- ① プラカール紙を切る 約30cm x 40cm



- ② 下部を1cm裏側に折る



- ③ 上側、下側の"角"に折って3つ折りにする



- ④ 左右を折って、3つ折りにする



- ④ 上になつた方を1cm内側に折る



- ④ 両端から1.5cmの位置を縫い、ゴム通し口を作る



- ④ ゴムを通して、それぞれゴムを通して縫う