



2021年
明けましておめでとうございます

雲雀丘学園中高校 保健室

【コロナ対策】 学校で油断がでる場面（マイクロ飛沫感染の発生）

1. 食事時間（昼食時間）

食事中マスクは外している状態なのに、談笑をしながら食事をする。
同じ器に入っている食べ物をみんなで一緒に食べる。個包装されていない食べ物や飲み物を配る。
※自分の席で前を向いて静かに食べるようにしましょう。
※食堂を利用する人は、食堂利用ルールを必ず守りましょう。

2. 休憩時間（登下校時間）

マスクを外して談笑する。外遊び中、大きな声を出し合いながら追いかけっこをするなど。
※冬季は外遊び中もマスクを着用しましょう。
※体育やクラブ活動等では、先生の管理指導の下で、先生の指示に従ってマスクを着脱するようにしてください。

3. 更衣時間

マスクを外して談笑しながら、距離を保たず更衣をしてしまう。
※距離をとって、短時間で更衣を済ませましょう。



4. 部活動休憩時間

活動中マスクは外していることが多く、そのため、そのまま休憩時間に入り、輪になってミーティングをする、談笑しながら水分補給をしてしまう。
※水分補給時はしゃべらないようにしましょう。
※ミーティング時はマスクを着用しましょう。

今、日本では、いつ、どこでコロナウイルスに感染するかわからない状態です。また、もし感染していたとしても、無症状のままで生活してしまっている人がたくさんいると考えて良いでしょう。つまり、自分自身も無意識のうちに他人に感染させてしまうかもしれないのです。そのことを忘れず、一人一人がルールを守って、日々の生活を送ることが大切です。

マイクロ飛沫感染とは

微細な飛沫である $5\mu\text{m}$ 未満の粒子が、換気の悪い密室等において、空気中を漂い、少し離れた距離や長い時間において感染がおこる感染経路のこと。空気感染と似ているが、換気と時間がクリアされていればこの感染は起こりにくい。

教室の換気について

マイクロ飛沫感染発生予防の為に、密閉空間を作らないことが大切になってきます。そのため、多くの人数で生活する教室の換気が非常に大切なポイントです。しかしながら、今は一番気温が低い季節です。教室が寒すぎて勉強できないということがあっては本末転倒です。そのため、気温や天気の状態に応じて、授業中は窓を閉めて、休憩時間のみ開放するようにします。
※ただし、廊下側は4cm常に開放します。
暖かい下着などの着用などの工夫をお願いします。