



保健だより 1月号

「笑顔輝く鳥商生の健康を願って」



令和3年1月12日
鳥取商業高等学校

年末年始の大雪、1月7日には1都3県に再び緊急事態宣言が出されるなど大変な年明けです。こんな時こそ「自分たちに何ができるか」を考え、実践できる鳥商生であってほしいと願います。

重要 「学校の新しい生活様式」を定着させよう！

現在、「新型コロナウイルス感染症」の国内への感染拡大が懸念されています。

【潜伏期間と発症】

▽感染した人が他の人に感染させる可能性がある期間は、発症2日前から発症後7日～10日間程度、発症の直前・直後で特にウイルス排出量が高くなると考えられています。

【感染を防ぐために】

▽主に飛沫感染や接触感染によって感染するため、①密閉空間（換気の悪い密閉空間である）、②密集場所（多くの人が密集している）、③密接場面（互いに手を伸ばしたら手が届く距離での会話や発声）という3つの条件「三つの密」の環境で感染リスクが高まります。

このほか、飲食を伴う懇親会等、大人数や長時間に及ぶ飲食、マスクなしでの会話、狭い空間での共同生活、居場所の切り替わりといった場面でも感染が起きやすく、注意が必要です。

【学校の新しい生活様式を定着させよう】

▽基本は、①感染源を絶つ。②感染経路を絶つ。③抵抗力を高める。「考えて実践」ですよ！このために、手洗い、マスクの完全着用（咳エチケット）、清掃・消毒 に努めましょう。

※ 本校では、西トイレの改修工事完了に伴い、「トイレ掃除の概念 = 除菌」として取り組んでいます。

※ 消毒も、次亜塩素酸水の使用を中止し、すべてアルコール消毒液で行っています。

「新しい生活様式」定着のための提言（学校医より）

3年生は、就職・進学に備えて、各種行事が控えていると思います。また、自動車免許の取得場面でもたくさんの人と接触することがあるかと思います。新型コロナウイルス感染症にかかると、これからの人生設計が狂ってしまう可能性があります。残念ながら、治療法はなく、最低限度の行動に留めて予防に努めるのみ方法はありません。卒業式間近の心のスキをつかれませんかように！！（こはまクリニック院長 ・ 小濱美昭 学校医より）

歯科保健については、「歯科医療機関での新型コロナウイルス感染症予防」の論文が出されています（2020年4月13日、東京歯科大学名誉教授 奥田克爾氏）。

それに沿って、クリニックでも「洗口液によるうがい」を推奨しています（※洗口液は市販のものでかまいません）。毎食後の歯みがき、手指洗浄・消毒を丁寧に行いましょう。

（しょうじ歯科医院院長 ・ 庄司和伸 学校歯科医より）