

新型コロナウイルス感染症予防対策について

保健指導係

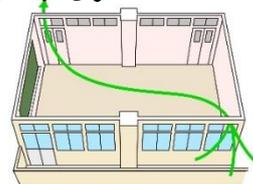
各学級でご指導よろしく申し上げます。

① 健康観察の徹底

- * 毎朝検温する。体調不良や風邪気味の場合は無理して登校しない。
- * 検温忘れ → 保健室前にある体温計で測定。(今後各学級に非接触型体温計配布予定)
- * マスク忘れ → 職員室へ(フェイスシールド使用か布マスク配布)

② 換気

- * 常時換気が望ましい。校庭側(前方)5cmと廊下側(後方)を対角で10~50cm程度常に開けておく。難しい場合は30分に1回以上か、休み時間ごとに、窓を全開にする。(授業の先生が声掛けしてください。)



③ 給食

- * 手洗い・うがいの徹底
- * 机を向かい合わせにしない。
- * 飛沫が飛ばないように、口を閉じて食べる。
- * 大声での会話を控える。

12月に那覇市内のコールセンターで、同じ時間に複数人が歯みがきなどをするために洗面所を利用していただけで、クラスターが発生した事例。

④ 歯みがき

沖縄県であった歯みがきとコロナウイルスの関連を受けて、裏面の「新型コロナウイルス感染予防のための給食後の歯みがきスタイル」の実施をすすめる。(学級掲示用を配布)

- * 手洗い場が混雑しないように。
- * 歯みがき中はおしゃべりしない。
- * 歯みがき中は口を閉じる。前歯の裏をみがくときは、手で口をおおう。
- * うがいは少ない水で1~2回。吐き出す時は低い位置からゆっくりと。
- * 歯ブラシはよく洗って、水を切って保管する。



⑤ 消毒

- * 各学級・特別教室にアルコール消毒液配布。
- * 各学級のスイッチ・ドア・手すりの消毒
(以前配布した「かんたんマイペット」かアルコール消毒液を使って)

先生方へお願い

- 先生方の健康観察や検温をお願いします。
- 電話を使用した後は、アルコール綿を使って消毒してください。
- 職員室の換気・「給食後の歯みがきスタイル」を意識して行ってください。
 - * 気付いたことやよいアイデア、困ったこと等がありましたら、連絡ください。感染予防対策をよろしく申し上げます。

感染しない・感染させない、自分と自分の大切な人を守りましょう。

新型コロナウイルス感染予防のための 給食後の歯みがきスタイル指導



POINT 1

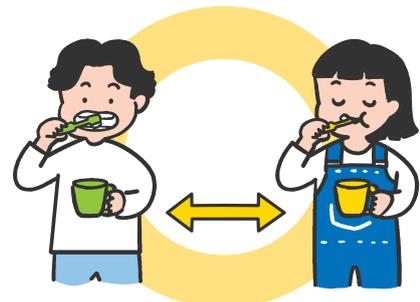
洗口場が 混まないようにしましょう

- ソーシャルディスタンスを保ち、並んで待つ。
- 密にならないために、時間帯をずらして行く。

POINT 2

歯みがき中の私語はやめましょう

- 歯みがきによる飛沫が飛び散りやすくなるので、私語は控える。



POINT 3

歯みがき中は口を結んだ状態で。 前歯の裏をみがくときは 口を手で覆ってみがきましょう

- 前歯の裏をみがくときは、特に飛沫が飛び散らないように注意。

POINT 4

うがいは少ない水で1~2回、 吐き出すときは低い姿勢でゆっくりと

- ブクブクうがいはできる限り少ない量の水(10ml)くらいで行う。
- 水を吐き出すときは、はね返らないように低い位置からゆっくり吐き出す。



POINT 5

片付けるときには、 歯ブラシの清潔に注意

- 使用した歯ブラシは流水下でよく洗い、水を切って乾燥させて保管する。



換気方法の確認と 徹底のお願い



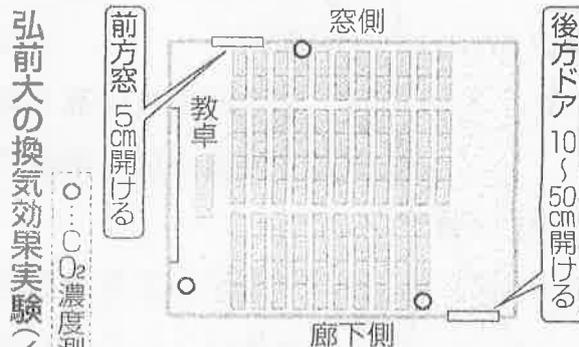
○校庭側の窓(前方)5cmと
廊下側の窓(後方)10~50cmを常時開ける

弘前大(青森県弘前市)は14日、新型コロナウイルス対策で、効果の高い換気方法に関する実験結果を発表した。30分に1回窓を全開にするより、常時換気装置を使用するか、対角線上に位置する窓やドアの2カ所を少しだけ開けたままにしておく方が換気効果が高い上、室温の低下も防げるとした。寒い冬の換気に際し、教育現場などで参考になりそうだ。

渡辺淳平理事によると、国のガイドラインは30分に1回以上、数分間

対角線の窓で換気 効果高く

弘前大実験 室温低下も防止



弘前大の換気効果実験(イメージ)

○...CO₂濃度測定地点

	前方窓5cm開		
	窓・ドア 全て閉	後方ドア 10cm開	後方ドア 30、50cm開
常時換気装置	ON	OFF	OFF
空気の入れ替えに 要した時間(推計)	20分 程度	23分 程度	18分 程度

窓を全開にする方法を推奨している。その場合、窓を閉めている30分間はウイルスを含む恐れのある

飛沫が漂う上、窓を全開にすると学生から「寒い」との声もあったという。実験は広さ136平方

以上の講義室に35人程度が在室した状態で実施。二酸化炭素(CO₂)濃度を測定し、その変化から換気量を推計した。窓やドアを閉め、学校やオフィスなどに普及している常時換気装置を稼働した場合は、約20分で空気が入れ替わった。

講義室前方の窓を5センチ開け、後ろのドアの開け幅を変えながら測定したところ、幅10センチでは約23分、30センチや50センチでは約18分で空気の入れ替えが完了。いずれも室温に大きな変化はなかった。