ほけんだより NO.7

甲府工業高等学校定時制
保健２０２０年９月号

新たに分かったこと：マイクロ飛沫感染

・ 様々な状況証拠から**「３密」と「大声」の環境**においては、**「飛沫感染」**や**「接触感染」**に加えて、**「マイクロ飛沫感染」が起こりやすい**ものと考えられている。

「飛沫感染」とは

・咳や会話により発せられた飛沫を吸い込む感染経路であり、**通常2m以内の距離の人に感染が起こる。**

「マイクロ飛沫感染」とは

・微細な飛沫の粒子が、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起こる感染経路である。　＊「マイクロ飛沫感染」と「空気感染」とは異なる概念である。

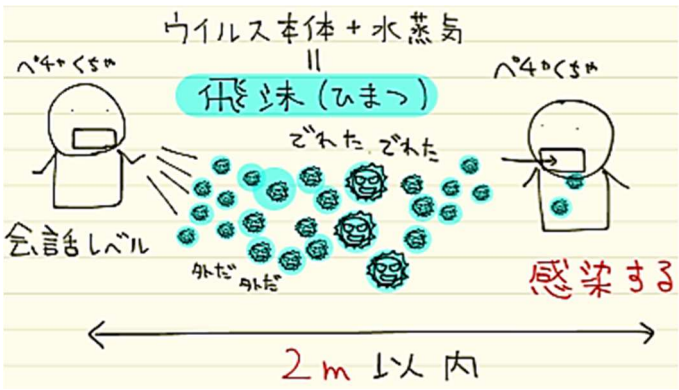
これからも“新型コロナウィルス感染症拡大防止”にご協力ください。

ウイルスは、目・鼻・口の粘膜から侵入します

触れるものには「ウイルスがついているかも」と考えて！

【手洗いのタイミング】
＊学校に着いた時（特に公共交通機関で通っている人はすぐに洗おう！）
＊食事をする前
＊トイレに入った後
＊多くの人が使うものに触れた後
＊運動をした後（部活動も含む）

手で顔を触らないためにも！



諏訪中央病院玉井医師作成
「続 新型コロナウイルス感染をのりこえるための説明書」

だから

だから

【換気のタイミングや方法】
＊授業中は、廊下側と窓側、対角に２か所常時開ける
＊休み時間や授業終了後に全部の窓を開ける

9月9日は「救急の日」

新型コロナウイルス感染症の流行を踏まえた市民による救急蘇生法について

心肺蘇生はエアロゾルを発生させる可能性があるため、新型コロナウィルス感染症が流行している状況においては、**すべての心肺停止傷病者に感染の疑いがあるものとして対応**してください。なお、**ＡＥＤの装着と使用については、これまでどおり変更はありません。**

留意事項

① **自分のマスクがあれば着用**しましょう。

② **意識や呼吸の確認は**、倒れている人の顔と応急手当を行う方の**顔があまり近づきすぎない**ようにします **呼吸の確認は、胸とお腹の動きを見て行います**。

③ **胸骨圧迫を開始する前**に、**倒れている人の口と鼻に、布やタオル、マスクなど**があれば**かぶせましょう**

④ **応急手当**を行う方が**複数**いれば、**一人は部屋の窓を開けたりして、室内の換気**をしましょう。

●**倒れている人が大人**の場合

胸骨圧迫のみを行い、**人工呼吸は行わない**でください。

●倒れている人が子どもの場合

人工呼吸の訓練を受けており、それを行う意思がある家族等は、胸骨圧迫に加えて人工呼吸を行います。人工呼吸用マウスピース（一方向弁付）等があれば、活用しましょう。

◆救急隊に引き継いだ後は

① **口元にかぶせた布やタオル、マスクなどは、直接触れないようにして廃棄**しましょう。

② **石けんを使い、手と顔をしっかり洗いましょう**

※**１１９番通報後、救急隊が到着するまでの間に、救急隊員が電話でアドバイスをすることがあります**。そのため、**通報する時には、傷病者のそばにいる人が携帯**で連絡してください