

ほけんだより 1月

ひまつぼうし 飛沫防止ガードがなくなりました

2学期末から、新座市内の小中学校で一斉に飛沫防止ガードを廃止することになりました。これまでは飛沫防止ガードはウイルスを防ぐために効果があるとされていました。しかし、ガードの中にウイルスがたまりやすく、逆に感染しやすくなってしまったことがわかってきました。そのため、今回の決定となりました。

必要な感染対策が少しずつ減り、コロナが流行する前の生活に近づいてきました。しかし、これからも基本的な感染対策（手洗いうがい、マスク、換気）をしっかりと行うことが大切です。3学期も頑張りましょう。

てあら 手洗いのポイントは3つ！

- ①流れる水で ②石けんをつけて ③よくこする

1 指先を流水でぬらす

2 石けん液を適量取り出す

3 手の平をこすり合わせよく泡立てる

4 両手の指の間をこすり合わせる

5 手の甲をもう一方の手の平でこする (両手)

6 指先でもう一方の手の平をこする (両方)

7 親指をもう一方の手で包みこする (両手)

8 両手首までいねいにこする

9 流水ですすぐ

10 ペーパータオルなどでよく水気をとる

手洗いミスの好発部位

手の平 手の甲

洗い残しが多い 洗い残しがやや多い

図4 図5



マスク、どんなときに着ける？



おくがい 屋外

きょり 距離がとれる (2m以上)

きょり 距離がとれない (2m未満)

かいわ 会話をする



マスク不要



マスク必要



かいわ 会話をしない

こうえん 公園で散歩やランニングなど遊ぶとき

とほ 徒歩や自転車などで、ひととすれ違うとき



マスク不要



マスク不要



おくない 屋内

きょり 距離がとれる (2m以上)

きょり 距離がとれない (2m未満)

かいわ 会話をする

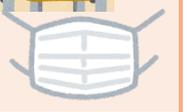
じゅうぶん 十分に換気をしている場合



マスク不要



マスク必要



かいわ 会話をしない

としょかん 図書館での読書や芸術鑑賞

てんない 店内や電車などの人混み



マスク不要



マスク必要

