



2022年(令和4年)も残り1ヶ月となりました。今年も、新型コロナウイルス感染症が流行し、新型コロナウイルスに関するニュースが連日メディアで取り上げられています。いつまでこの状況が続くのかと不安に思っている人も多いかと思えます。このような状況の中で私たちは正しい情報を得ること、手洗い・3密を避けソーシャルディスタンスをとる・マスク着脱・咳エチケットなどの基本的な感染症対策を行うこと、今できることをやっていきましょう!

志木第二中学校

保健室

R4. 12. 1

ハンカチ・ティッシュ持っていますか?



様々な感染症の予防に「手洗い」は必須です。せっかく手を洗ったのに、洋服で拭いたり、自然乾燥させたりしては、意味がありません。本校では保健委員会で月1回「爪・ハンカチ検査」を実施しています。健康に過ごすためには、生活習慣を整えることは大切です。「ハンカチやティッシュをいつも持ち歩く」「爪を短く切っておく」など健康や身だしなみに気をつけていると、もしもの時に自分や回りの人のために役立つかも知れません。

インフルエンザの予防接種について



日本ではこの2年間、手洗い・うがいやマスクの着用、換気などの感染対策が徹底されていたため、インフルエンザの流行がほとんどありませんでした。しかし、世界に目を向けてみると、南半球にあるオーストラリアでは、2022年日本の夏が始まる頃インフルエンザの流行が見られました。先日、外国人の新規入国規制の見直しが行われましたが、海外の方の入国が増えると、それに伴い、ウイルスが持ち込まれることが予想されるため、今年もインフルエンザの予防接種が推奨されています。インフルエンザの予防接種は、任意接種ですが、インフルエンザに感染する可能性を減らすことや、周囲への流行を防ぐ効果が期待できます。また、医療機関への負担軽減にもつながります。予防接種を接種する際は、かかりつけの医療機関等で確認してから接種してください。

インフルエンザにも注意してください!



コロナ? インフルエンザ? かせ? 似たような症状で、判断できないことがほとんどです。発熱した時、体調が悪い時は、早めに休養し医療機関を受診し医師の診断を受けください。

志木二中でも「インフルエンザA型」と診断をされた生徒が出ています。

インフルエンザの出席停止期間: 発症(発熱)した日を0日と数え発症した後5日を経過し、かつ解熱した後2日を経過するまで

*保護者記入の「登校届」を提出して、登校してください。

12月・1月保健行事



12/8(木)フォローアップ歯科健診 保健室

12/21(水)2年生 思春期講座 2・3校時 体育館

講師: 桜井裕子 助産師

12/22(木)薬物乱用防止教室 2校時

「STOP the 薬物!~断る勇気が未来をつくる~」

1/11(木)身体測定 保健室 1年1校時・2年2校時・3年3校時

*爪の検査をします! 頭頂部・後頭部に結び目のないようにしてください。

1/18(水)2年心肺蘇生法講習 体育館 3・4校時 2-1・2-2

1/25(水)2年心肺蘇生法講習 体育館 3・4校時 2-3・2-4

指導者: 志木消防署・埼玉県南西部消防署職員

《志木第二中学校区地域学校保健委員会のお知らせ》

日時: 令和5年1月19日(木) 受付時間 13:00~13:15

開催時刻 13:15~15:00

場所: 志木二中体育館

テーマ: 「子どもの心と体を考えよう」

講話: 「コツコツ【骨骨】と きたえた体は たからもの

~スポーツドクターからのメッセージ~」

講師: 慶應義塾大学 医学部 スポーツ医学総合センター

助教 医師 歯科医師 木村 豪志氏 (志木二小・志木二中卒業生)

*学校保健委員会PTA係登録の方はご参加ください。

*どなたでも参加できます。さくら連絡網から参加の連絡をお願いします。



二酸化炭素濃度測定器と加湿器を各クラスに設置！

新型コロナウイルス感染症では、**3密**（換気の悪い**密閉空間**・多数が集まる**密集場所**・間近で会話や発声をする**密接場所**）が重なる場で、集団感染のリスクが高まるとされています。

密閉の回避として、**換気の徹底**が重要です。換気ができているかを「見える化」するために、CO₂（二酸化炭素）濃度測定器を各クラスに設置しました。

学校環境衛生基準では、二酸化炭素濃度が1500ppm以下であることが望ましいと規定されています。しかし、新型コロナ感染症対策には、1000ppm以下に各教室で保持することが望ましいとされています。

11/28(月)学校薬剤師の生沼和子先生と一緒に、学校環境衛生検査（教室の空気検査（CO₂）と照度検査）を実施しました。3時間目に実施した教室の空気の検査結果は、以下の通りでした。

教室	CO ₂ 濃度	生徒数	授業開始後	判定
金工室(1F)	500ppm	29人	20分	適
3-2(2F)	500ppm	31人	30分	適
2-2(3F)	800ppm	29人	35分	適
1-4(4F)	1000ppm	29人	40分	適

*測定した全ての教室で基準を下回っていました。



【CO₂濃度測定器の基準】

CO ₂ 濃度	警告表示色	アラーム
0 ~ 800ppm	緑	なし
801 ~ 1200ppm	黄	なし
1201 ~ 1500ppm	橙	ピピ音 約10分に1回
1501ppm 以上~	赤	ピピピピ音 約10分に1回

《換気のポイント》

- ① 授業中は、教室の窓側と廊下側の対角線上の窓とドアを同時に開け、空気の通り道を作る。(10~20cm)
- ② 休み時間には、教室の窓とドアを全開し十分の換気をする。

◎新型コロナウイルス感染症の出席停止期間について◎

- ① **陽性者有症者**の場合(発症日を0日とする)：発症日から7日間を経過し、かつ症状軽快後24時間経過した場合には8日目から登校を可能とします。*症状等についても十分確認する。
- ② **陽性者無症状**の場合(検体採取日を0日とする)：検体採取日から7日間を経過した場合は8日目に登校を可能とします。*抗原定性検査キット(薬事承認されたもの)を用いて5日目に検査し、陰性が確認できた場合には、6日目から登校を可能とします。→陰性の検査結果を証明できるものを提出する。
- ③ **濃厚接触者の場合**(最終接触日を0日とする)：陽性者と最後に接触した日の翌日から原5日間(6日目解除)
- ④ **濃厚接触者の抗原定性検査キットを用いた検査による出席停止機関の短縮**：2日目及び3日目に抗原定性検査キットによる検査を実施。陰性であれば3日目から待機解除(登校)が可能



2022年キャンペーンテーマ：

「このまちで暮らしている。私もあなたも。12月1日は世界エイズデー」

世界エイズデー(World AIDS Day: 12月1日)は、世界レベルでのエイズのまん延防止と患者・感染者に対する差別・偏見の解消を目的に、WHO(世界保健機関)が1988年に制定したもので、毎年12月1日を中心に、世界各国でエイズに関する啓発活動が行われています。

これまでHIV/エイズに対して様々な取組がなされてきました。

治療法の進歩によりHIV陽性者の予後が改善された結果、HIV陽性者は感染の早期把握、治療の早期開始・継続によりエイズの発症を防ぐことができ、HIVに感染していない人と同等の生活を送ることが期待できるようになりました。

また、治療を継続して体内のウイルス量が減少すれば、HIVに感染している人から他の人への感染リスクが大きく低下することも確認されています。

つまり、治療の進歩でHIV陽性者の生活は大きく変わり、HIV感染の予防にもその進歩に支えられた様々な選択肢が用意されるようになりました。しかし、現状はそうした変化が正確な情報として十分に伝わっているとは言えず、有効な治療法がなく死に至る病であった時代の認識にとどまっている場合が少なくありません。そのことがHIV感染を心配する人たちを検査や治療から遠ざけ、また、差別や偏見を招く要因の一つになっているとも言われています。

そこで、今年度の「世界エイズデー」キャンペーンテーマは、HIV陽性者の方も陽性でない方もともにこの社会で暮らしていることを伝えるテーマとしました。新型コロナウイルス感染症の影響により、孤立・孤独が他人事ではなくなってきたいま、ひとりでも多くの方がHIV/エイズのことを自分事として捉え、HIV/エイズに関する検査や治療、支援などの知識を身につける契機とし、正しい知識の普及を通じて、HIV検査の受検促進や差別・偏見の解消につなげていきたいと考えています。

《待機期間を短縮する場合のポイント》

- ① 一般用抗原検査キット(OTC)は、薬事承認されたもの【体外診断用医薬品】または【第1類医薬品】と表示されたものを選択してください
【研究用】と称して市販されているものは、厚生労働省で承認されていない検査キットです。
- ② 2日間「陰性」確認 → A 抗原定性検査キットを学校に提出する。
B 陰性結果を写真に撮ったものを学校に提出する。