

# 保健だより



「右文尚武 質実剛健 玲瓏同氣」  
秋田県立本荘高等学校 保健室  
令和3年1月27日 No.9  
※保護者の方にも見せてください。

## 文部科学省「『新しい生活様式』を踏まえた学校の行動基準」における 本県の感染レベルが「レベル2」に引き上げられたことにより、 感染予防対策をレベルアップします！

これまでの  
取組に  
追加！

### 毎朝の検温・健康観察（同居家族も）

○毎朝、自宅にて検温し、健康観察を行い、発熱（目安：37.5℃以上）等の風邪症状がある場合は、自宅にて休養または受診する。（受診の際は、事前に病院に電話すること）

#### レベルアップ！

●同居の家族にも毎日健康状態を確認していただき、同居の家族に発熱等の風邪症状がある場合も、登校せず自宅にて待機する。

※この場合の扱いは、「出席停止」とします。



### どこでもマスク

○学校内だけでなく、登校中や私的な場面でもマスクを着用する。特に公共交通機関利用時は必須！



○部活動中や体育の授業中、激しい運動をする際にはマスクを外してもよいが、人との間隔を十分確保すること。

#### レベルアップ！

●部活動中や体育の授業中などにマスクを外す場合でも、会話をするときにはマスクを着用する。常にマスクを携帯しよう。

### こまめな手洗い アルコール手指消毒薬の活用

○こまめな手洗いの徹底（石けんで30秒）  
登校後、帰宅後、食事の前後、トイレの後、清掃後、体育後、部活動後など  
特に、共有物を触った後や公共交通機関を利用した後は、直ちに手洗いを！



○アルコール手指消毒薬の活用（ただし、アルコール過敏症の人は、手洗いを徹底してください。）

### 食事時の飛沫防止（昼食時厳守）

○回し飲みや食事のシェア（あげる、もらう、箸の共用など）は絶対に禁止！

#### レベルアップ！

●飛沫を飛ばさないよう以下の2点は必ず守る。

- ①「机を向かい合わせにしない」
- ②「会話を控える」

●食後の歓談時は、必ずマスクを着用する。

●食事時の突然の咳などにも対応できるよう、ハンカチ等を傍に準備しておく。



### こまめな換気（30分に1回の換気が必要）

CO<sub>2</sub>濃度基準は  
1500ppm以下

#### 学校薬剤師（村上先生）による二酸化炭素濃度検査結果（1月18日（月）7校時）

| 場所    | 1F教室<br>(32人) | 2C教室<br>(36人) |
|-------|---------------|---------------|
| 授業開始時 | 2065 ppm      | 2600 ppm      |
| 20分後  | 2140 ppm      | 2796 ppm      |
| 45分後  | 2300 ppm      | 2871 ppm      |

#### ※その後、2C教室で授業終了後に換気（窓と出入口全開、廊下窓半開）をした結果

| 経過時間   | CO <sub>2</sub> 濃度 |
|--------|--------------------|
| 1分後    | 2000 ppm           |
| 1分35秒後 | 1500 ppm           |
| 2分40秒後 | 1000 ppm           |
| 3分30秒後 | 866 ppm            |
| 5分後    | 865 ppm            |

※換気をしている時の気温は変化なし

- 常時（朝～清掃時）、換気扇をつける。（担任）
- 休み時間と授業中1回、窓と戸を全開に！（教科担任の先生が忘れていたらカバーしてね）
- 昼休みに窓と戸を全開にする。（保健委員がやりますが、いないときはカバーしてね）

#### レベルアップ！

●換気による寒さを防ぐため、授業中も防寒着着用可とします。

検査結果から、本校では換気がきちんできていないことがわかりました。このままでは、教室に感染者がいた場合、確実にクラスターとなります。休み時間と授業の中頃に、3分でいいので、窓と戸を全開にしましょう。



### 共有部分の消毒（+清掃）

○1日1回、共有部分を消毒（清掃時）  
～アルコール消毒薬または次亜塩素酸ナトリウム使用



#### レベルアップ！

●「かんたんマイペット」活用（各教室に配付）  
～机も椅子も共有物です。清掃時や気がなったときなど、拭き掃除に活用してください。

### 部活動における注意点

全国的に部活動中の  
クラスターが  
多数発生中

- 近距離での大声は禁止！
- こまめな手洗い（部活動の前後、共有物を触った後など）
- 体調がすぐれない場合は、部活動に参加せず、自宅で休養する。
- 練習場所、更衣室、食事、集団での移動の際の三密を避ける。（他者との距離は1～2m）

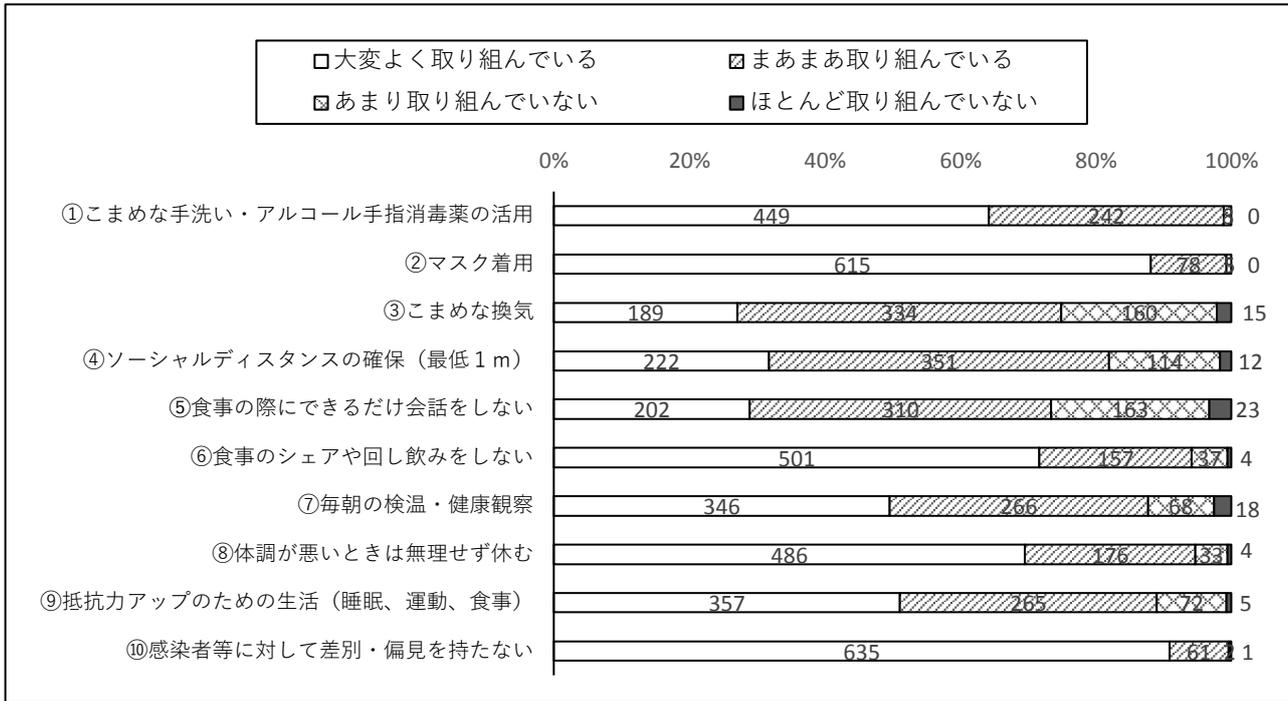


【参考】「県立学校における『新しい生活様式』を踏まえた学校の行動基準」等を踏まえた具体的な留意事項（令和3年1月20日現在）について」（秋田県教育委員会）

冬休み明けに実施した健康調査から

# 「新型コロナウイルス対策に関する意識・行動調査」と 「インフルエンザ予防接種状況」の結果をお知らせします！

## 1 本高生の新型コロナウイルス対策に関する意識・行動調査結果(R3.1)



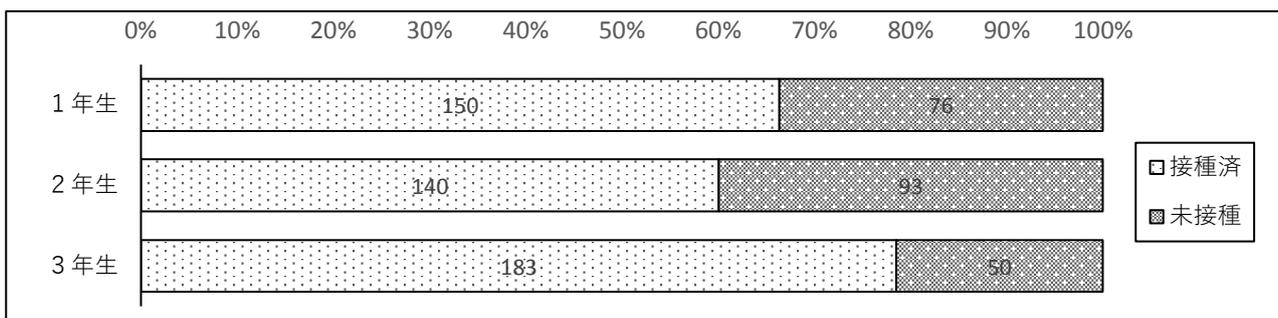
### \*「大変よく取り組んでいる」+「まあまあ取り組んでいる」の割合ランキング\*

- |         |                        |       |
|---------|------------------------|-------|
| ◎ 1位    | ⑩感染者等に対して差別・偏見を持たない    | 99.6% |
| ◎ 2位    | ②マスク着用                 | 99.3% |
| ◎ 3位    | ①こまめな手洗い・アルコール手指消毒薬の活用 | 98.9% |
| ◎ 4位    | ⑧体調が悪いときは無理せず休む        | 94.7% |
| ◎ 5位    | ⑥食事のシェアや回し飲みをしない       | 94.1% |
| ▲ワースト1位 | ⑤食事の際にできるだけ会話をしない      | 73.4% |
| ▲ワースト2位 | ③こまめな換気                | 74.9% |
| ▲ワースト3位 | ④ソーシャルディスタンスの確保（最低1m）  | 82.0% |

本高生はかなり感染予防意識が高い！さらに効果を上げるために、低いところをアップしようね。



## 2 本高生の今季のインフルエンザ予防接種状況(R3.1)



本高生の68.4%が今季のインフルエンザ予防接種を実施していました。特に、3年生は78.5%の接種率でした。ここ数年で最も高い割合！

