

ほけんだより

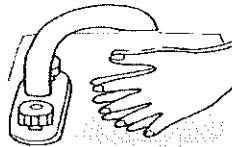
島根県立隠岐高等学校保健室

令和3年12月1日

コロナ禍になり、約2年が経過しようとしています。コロナ禍になって以降、石けんで念入りに手を洗うようになりました。もちろん回数も増えました。また、以前は日常で手指消毒をする機会はほとんどありませんでしたが、今では毎日のように、必ずどこかで消毒しています。報道によると、今冬はインフルエンザが大流行するという予測もあります。ノロウイルスも流行しやすい時期です。様々な感染症にかからないよう、引き続き予防対策を心がけましょう。

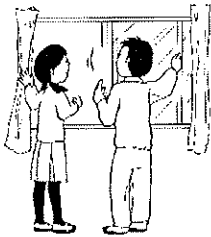
まだまだ続けよう！ 感染予防対策

こまめな手洗い



30秒くらいかけて丁寧に洗い

最後に清潔なタオル等で水気を拭き取ります。
外から教室に入る時や昼食の前後、
共有の物を使った時等、こまめに洗うことが大切です。

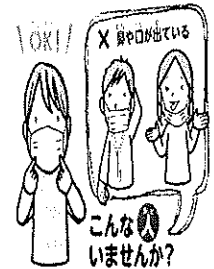


換気の徹底

2方向（対角線上）の窓等を開けると効果的です。

常に窓を少し開けておくとよいですが、気候上難しい時は、30分に1回以上、
少なくとも休み時間ごとに、数分程度、教室の窓を全開してください。

密接場面でのマスク着用



距離がとれない時はマスクをつけ、
マスクなしでの会話は控えます。
また、正しくつけないと意味がないので、
鼻と口をしっかりと覆い、顔との間に隙間ができないよう注意しましょう。

令和3年度 世界エイズデーキャンペーンのテーマ
「レッドリボン30周年 ~Think Together Again~」



12月1日は、WHO（世界保健機関）が定めた「世界エイズデー」です。
エイズとは、HIVというウイルスが起こす感染症です。エイズは治療の進歩により、HIV陽性者の予後が改善されています。しかし、今もなお、エイズ=死という病気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。正しい知識を得ることは予防の第一歩。自分にも、友だちや家族など身近な人にも起こりうることだからこそ、しっかり覚え、行動につなげて欲しいです。

「HIV」と「エイズ」って
同じでしょ？

感染している人には
近づくだけでもヤバイって聞いたよ



性的接触しなければ
うつらないから平気！

エイズは感染したら
治らないんだよね