



令和2年 5月13日
保護者宛通知全学年NO. 2
国際学院中学校高等学校
保健部

新型コロナウイルス予防号

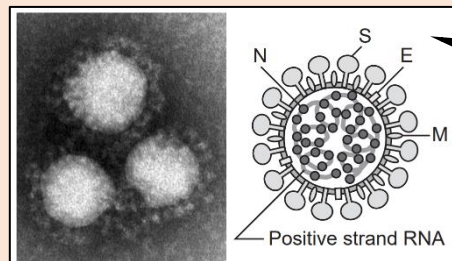
生徒・保護者様

臨時休校が続きますが、みなさんの健康状態はどうか？新型コロナウイルス流行の終息には時間がかかるという見通しもあります。正しい知識をもとに一人一人が予防に取り組むことで自分や周りの人をウイルスから守りましょう！

新型コロナウイルスの正しい知識を身につけよう！

そもそも、「コロナウイルス」って？

- ・球の形をしたウイルスで、表面に突起（「スパイク」と呼ばれるたんぱく質）がついています。ウイルスは自分で増えることができませんが、スパイクがヒトの細胞にくっつくことで増殖します。



※国立感染症研究所 HP より

「S」の部分がスパイク。
← 先が吸盤のような形をしている
スパイクがついている様子が王冠
(ギリシャ語で「corona」)に見えるため、
名前の由来になりました。

- ・脂質でできた二重の膜（「エンベロップ」）でおおわれています。
- ・変異しやすい(ウイルスの性質が変わりやすい)「一本鎖 RNA ウィルス」と呼ばれるウイルスの一種です。
- ・ヒトに感染するコロナウイルスはこれまでに6種類見つかっていました。今回新しく発見されたウイルスは「SARS-CoV-2」、新型ウイルスにより引き起こされる感染症は「COVID-19」という名前がつけられました。

☆ヒトに感染するコロナウイルス

- ・普通の風邪の原因となるウイルス (4種類)
- ・SARS (重症呼吸器症候群) ウィルス
- ・MERS (中東呼吸器症候群) ウィルス
- ・新型コロナウイルス (SARS-CoV-2)

**重い肺炎の症状を
引き起こすことがある**

新型コロナウイルスの特徴

- ・症状は、主に発熱・せきなどの風邪症状です。強いだるさや息苦しさを感じることもあります。また、感染初期に味やにおいを感じにくくなる症状が出る人もいます。
- ・感染してから症状が出るまでの期間（潜伏期間）は、2～12.5日ほど。
- ・**感染しても症状が出ないことがあり、知らないうちに周りの人にうつしてしまうことがあります。**
- ・物の表面に付くと、24～72時間ほど生き続けます。
- ・高齢者や妊娠中の女性、持病がある人は症状が重くなる危険が高いといわれています。

どのように感染する？

① 飛沫感染

- ・会話やせき、くしゃみの時に出るつばのしぶきに混ざったウイルスを口や鼻から吸い込むことで感染します。
- ・つばのしぶきは1～2m以上遠くへ飛びます。小さなしぶきは数十分以上空気中をただようこともあります。

② 接触感染

- ・ウイルスのついた手で口や鼻、目などの粘膜にふれることで感染します。
- ・せきを手でおさえた後などに周りの物にさわるとウイルスがつきます。他の人が再びその物にさわることからウイルスが広がります。

ウイルスを予防するには？

飛沫感染の予防

- ・外出先や学校では**マスク**をつけましょう。（「5分の会話は1回の咳」といわれるほど、会話でもたくさんのつばが飛びます！）
- ・マスクをしていない場合にも、せきやくしゃみが出る時には**ハンカチや服のそで**で口と鼻をおおうようにしましょう。
- ・定期的に部屋の**換気**をしましょう。

接触感染の予防

- ・食事の前、帰宅した後、トイレの後には、**石けんを使って・時間をかけていねいに**手を洗いましょう。（学校再開後は、登校後や用具を共用する前後にも忘れずに！）
- ・**顔や髪をさわらない**ようにしましょう。（口・鼻・目は無意識にふれがちです。）

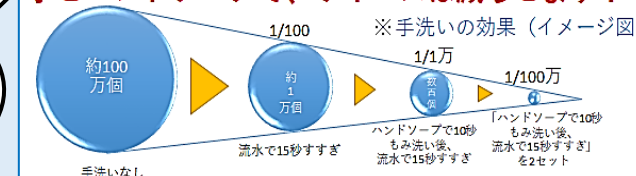
<石けんを使用した手洗いの目的>

- ①ウイルスを洗い落とす
- ②ウイルスのスパイク・エンベロップを壊す

※手洗いができない場合には、手指消毒用アルコールでもウイルスのエンベロップを壊す効果があります。

手洗いのすすめ

水とハンドソープで、ウイルスは減らせます！



※厚生労働省 HP より