



令和3年 12月  
吉田高校 保健室

2021年も残りわずか。みなさんにとって、どんな1年でしたか？保健室は、新型コロナウイルス感染症対策に追われる1年でした。

山梨県内での新型コロナ新規感染者は落ち着いてきていますが、ブレイクスルー感染や、オミクロン株の濃厚接触者が確認されています。まだまだ気を抜かずに、感染対策を継続していきましょうね。

## ブレイクスルー感染って何!?

ワクチンを接種し、体内で作られた免疫を突破(breakthrough)して感染してしまうことをブレイクスルー感染と言います。

ワクチンを接種した人が増え、感染しても無症状な人が増えることで、感染が収束したかのように見えることがあります。そのような状況の中、感染した人が無症状のまま、他の人に感染を広げる可能性があります。

一方で、様々な理由からワクチン接種していない人や、ワクチンを接種しても免疫が十分でなく発症したり、重症化したりする人もいます。

ワクチン接種の有無にかかわらず、すべての人が感染予防対策を継続しましょう。

## 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。  
外から教室に入るときや給食(昼食)の前後、共有の物を使ったとき等、こまめに洗うことが大切です。



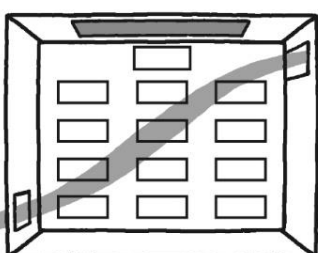
### 密接場面でのマスク着用

距離がとれないときはマスクをつけ、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、顔との間にすきまができないよう注意しましょう。



### 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ういですが、気候上難しいときは30分に1回以上、少なくとも休み時間ごとに、数分程度、教室の窓を全開にしてください。




 新型コロナだけじゃない!!  
 冬に気を付けたい感染症
 

|      | インフルエンザ                                                                                                    | 感染性胃腸炎                                                                                                                                             |
|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 多い時期 | 1月～2月                                                                                                      | 11月～2月                                                                                                                                             |
| 症状   | 38℃以上の急な発熱<br>のどの痛みや鼻水<br>頭痛・関節痛・筋肉痛・だるさ                                                                   | 突然の激しい吐き気・嘔吐<br>下痢、腹痛<br>発熱は軽度（37℃台）                                                                                                               |
| 感染経路 | 人からの感染<br>(飛沫感染・接触感染)<br> | 人からの感染<br>(嘔吐物からの二次感染・飛沫感染)<br>食品からの感染<br>(ウイルスに汚染された二枚貝など)<br> |
| 予防接種 | あり                                                                                                         | ノロウイルス：無し ロタウイルス：あり                                                                                                                                |
| 治療   | 抗インフルエンザウイルス薬の服用                                                                                           | 水分補給などの対症療法                                                                                                                                        |
| 予防   | 手洗い<br>マスクの着用<br>人混みに不必要に行かない                                                                              | 手洗い<br>食品の加熱（85℃以上で90秒間以上）                                                                                                                         |



## みんなで知る・考える



## 多様性と共生社会

「ブレイクスルー感染って何?」にも書きましたが、様々な理由でワクチン接種を希望しない人もいます。また、グローバル化に伴い多文化化、多言語化も進んでいます。

多様な個を認め合い、お互いを尊重し合うためには、自分とは異なる考え方や、生活習慣を持つ他者へどのように関わるべきか？

みんなが相手の立場だったらどう接してほしいかな？

考えるきっかけになったらいいな、と思いを込めて左の図を載せてみました。



みんなが元気に冬休みを過ごせますように。