



保健通信 2月号

湯本高校保健室
2021年2月25日発行

2月も残りわずかとなり、今年度も、あと約1カ月で終わろうとしています。1・2年生は進級の準備はできていますか？3年生は卒業式に向けて、準備が進められていますね。卒業式に万全な体調で臨めるよう、体調管理をしっかり行ってください。

ウイルスが好む・嫌う環境とは？

好む環境	嫌う環境
 気温… 16℃以下 湿度… 40%以下	気温… 18～22℃ 湿度… 40%以上 

ウイルスは水を含んでいるため、気温・湿度が低い部屋だと、空気中に舞いやすくなります。適切な気温や湿度が保たれるように心がけましょう。

教室の空気は入れ換えていますか？！

保健委員会が換気についての注意喚起をお昼休みに放送しています。みなさん放送に耳を傾けていますか？冬の季節は、夏場と違い、換気をする回数が少なくなります。せっかく暖まった部屋の温度を下げたくない・・・そう思いますよね。なぜ、換気をしなければいけないのでしょうか・・・？

なぜ、換気は必要なの？

- ①室内は、時間とともに空気の汚れ(汚染)が発生するため。
- ②私たちは呼吸により、二酸化炭素を放出しているため。
- ③ウイルスが室内に留まり、増えてしまうため。



教室内の空気の基準値は、二酸化炭素…**1500ppm**以下です。密閉された空間のままで、基準値を超えてしまいます。授業終わりなど、窓や扉を開け、換気行いましょう！



- 休み時間は、ドア・窓を開けて換気をしましょう！
- 教室の天窓は、常時開けておきましょう！
- 空気清浄機は必ず使用しましょう！（毎日水の交換を忘れずに！）

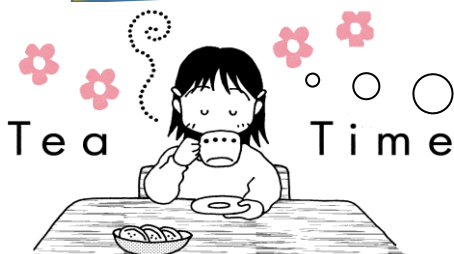
感染症拡大防止にご協力ください



★学校薬剤師さんからのコメント★

休み時間ごとに、5分間の換気を行うことを習慣付けましょう！
窓は、対角線上に開けると空気が循環しやすくなります。また、空気清浄機を活用し、使用する際は毎日水の交換を行い、定期的にフィルターの掃除も忘れずに行ってください。

積極的な換気をお願いします！



たまには、ほっと一息。
休息も大切です。

3月の行事予定

- 1日(月) 卒業式
- 19日(金) 3学期終業式
- 30日(火) 離任式

