



引き続き新型コロナウイルス感染症の対策を!!

これまでも新型コロナウイルス感染症の対策をしっかり行っていると思いますが、広島県においても感染の拡大が止まらず、本日「緊急事態宣言」が発令されました。今一度、感染症の対策についてふり返り、感染の防止に努めていきましょう。

ポイント1 手洗い

コロナウイルスを始め、多くのウイルスや細菌は、手から体内に侵入することが多いと言われています。

そのため、石けんを使って「丁寧に」、「しっかりと」手を洗うことが大切です。(石けんには、手についたウイルスや細菌などを汚れと一緒に洗い落とす効果があります。)



また、アルコール消毒などを使用する時は、手についている水気をよくふきとり、適量を手にふきかけて、よくもみこみましょう。(両手をパチパチと叩いたり、パタパタと振ったりすると消毒効果は下がります。)

ポイント2 食事・栄養

給食時には、2学期も各自の机に「シールド」を設置して、確実な手洗いを行い、食事のあいさつが済んでから「マスク」を外して、静かに給食を食べます。そして、給食を食べ終わったら速やかに「マスク」を付けて、「ソーシャルディスタンス」を意識しながら食器などを片付けていきます。

家庭においても、確実な手洗いを行い、大きな声での会話を控えて食事をするようにしましょう。また、同居家族以外の人との食事は控えるようにしましょう。

毎食、できるだけ主食主菜副菜を揃え、栄養バランスのとれた食事を心がけて、ウイルスに負けない体の抵抗力を高めていきましょう。



ポイント3 マスク

コロナウイルス感染症の対策では「マスク」の着用がとても大切です。「マスク」をつける時は鼻と口をしっかりと覆いましょう。(ときどき鼻が出ている人を見かけます。)

また、「マスク」をつけていても大きな声での会話や人との「距離」は適切にとって話すようにしましょう。

暑くて息苦しい時には、人との「距離」を十分にとって「マスク」を外しましょう。



新型コロナウイルス感染症が世界的に流行し始めて1年半以上が過ぎましたが、まだまだ終息のめどが立っていません。しかも、現在はウイルスの変異が進み、日本国内での感染が拡大してきています。感染症の対策を今一度確認して、感染の防止に努めていきましょう。

