



平成30年2月5日 大阪市立淀川中学校保健室

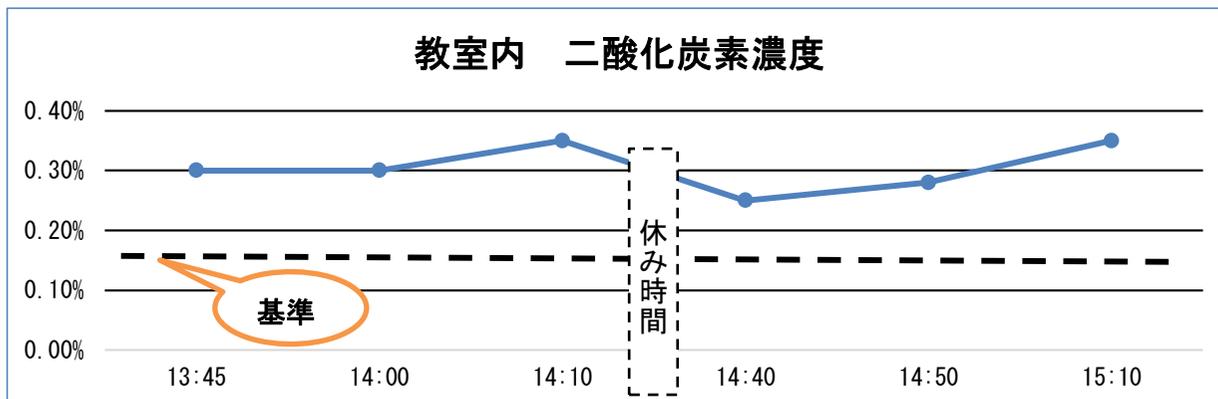
暦のうえでは2月4日は立春です。この日から春になるという意味ですが、まだまだ寒い日は続きます。今年度も残り少なくなってきましたが、最後までみんな元気に過ごせますように。

教室の換気、できていますか？



風邪やインフルエンザの流行を防ぐためには、何度も伝えていますが、換気は大切です。寒いからといって、窓やドアを閉め切ったままでいませんか？インフルエンザウイルスは、1回のくしゃみで200万個、1回の咳では10万個ものウイルスが周囲に飛び散ると言われています。また、閉めきった部屋では長時間感染力を保ちやすいので、空気を介して他の人に感染してしまうとも言われています。

先日、あるクラスで、5、6時間目に学校薬剤師さんによる空気環境検査が行われました。教室の空気の汚れ具合を表す二酸化炭素の濃度などを計測してもらいました。その結果がこちら。



教室の二酸化炭素濃度の基準は、1500ppm (0.15%) 以下であることが望ましいとされています。(ちなみに、教室の外は0.05%でした) 昼休みに換気をせずに教室で過ごす人が多かったため、授業開始から基準を大きくオーバーしていました。そのまま5時間目の授業が終わりました。この後、休み時間に換気をすれば、新鮮な空気と入れかわって濃度は下がるはずですが、この休み時間も換気できていませんでした。予想通り、6時間目も基準をオーバーしたまま授業がスタートし、5時間目と同じように、時間がたつにつれて二酸化炭素濃度も上昇していました。

休み時間は5分間、教室のドアと窓を対角線になるように2か所以上開けて換気をし、新鮮な空気を取り入れ、気持ちのよい環境で学習できるようにクラス全体で協力をお願いします。



インフルエンザが全国的に大流行しています。今年はA型とB型が同時に流行しているため、患者数は過去最多だそうです。淀川中学校でも風邪やインフルエンザで欠席する人、体調不良で早退する人が増えています。自分だけ絶対にかからない、ということはありません。油断せずに手洗い・換気・咳エチケットを続けてください。

また、『ちょっとしんどいけど我慢して登校している』という人はいませんか？予防接種をしていたり、インフルエンザB型にかかっていたりすると、熱が上がらなったり症状が軽かったりするようです。気が付かずに周りの人にうつしてしまうことがないよう、体調が悪い時は決して無理をしないでください。

