

ほけんだより

令和2年3月12日
埼玉県立和光特別支援学校
臨時号 保健室

日ごとに暖かさが増し、桜のつぼみも膨らんで今年は例年より早く咲き始めそうです。さて、新型コロナウイルス感染症の対策では、各ご家庭でご理解ご協力をいただきありがとうございます。

学校薬剤師の清水先生や来校された保護者の方から、新型コロナウイルス感染症対策に関連した貴重な情報・助言をいただきましたので紹介します。

新型コロナウイルス感染症 市民向け感染予防ハンドブック

東北医科薬科大学医学部感染症学教室 特任教授である賀来満夫先生の監修による市民向け感染予防ハンドブックを、学校薬剤師の清水先生から紹介していただきました。

新型コロナウイルスの特徴や予防対策等について、非常に分かりやすく解説されています。インターネット上で「新型コロナ ハンドブック」と入力し、検索をかけるとトップで出てきます。現在は、動画版も公開されていますのでぜひご覧ください。



マスクについて

現在、市販の使い捨てマスクが全く入手できない状況が続いており、お困りのご家庭が多いことと思います。学校では、カラフルな「手作りマスク」を着用して登校する児童生徒が増え、来校された保護者の方からは、手作りマスクについての貴重なご助言もいただきました。

手芸店を覗くと、ガーゼ布地が売り切れ、手作りすらできないという声を聴きます。ハンカチとヘアゴムだけで縫わずにできる「ハンカチマスク」の作り方を裏面に載せますので、ぜひお試しください。

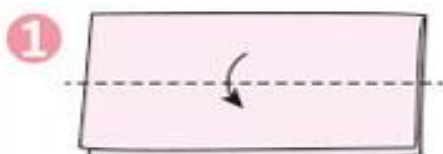


*学校薬剤師 清水先生からのアドバイス!

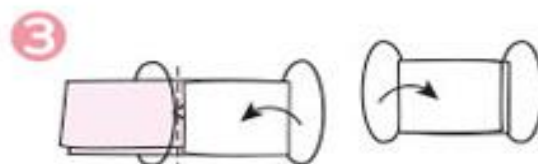
- ◆ガーゼ素材でなくても、日本手ぬぐいのような**木綿素材**で十分。大きめのバンダナ等で口元を覆うだけでも、咳くしゃみによる飛沫の防止、手で直接顔を触れることを防ぐ等の効果がある。
- ◆布マスクを洗濯した後、スチームアイロンの高温蒸気をあて、80℃以上の高温で1分アイロンがけすると除菌効果がある。

Handkerchief recipe

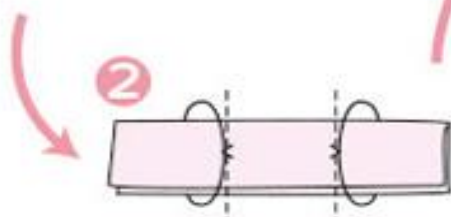
ハンカチマスクの 作り方！



① 半分に折ったハンカチを、
さらに半分に折る



③ 両端を三等分の位置で
折って完成！



② 幅 3 等分の位置に
輪っかにしたゴムを
左右から通す。

Point ヘアゴムや手芸用ゴムが
おすすめ！



手を洗ったら
清潔なハンカチで
拭きましょう。



カゼが流行るこのシーズン、こまめに手洗いして、
清潔なハンカチで手を拭きましょう。

出典：川辺株式会社ホームページ

※下記のURLから、ハンカチマスクの作り方の動画を観ることができます。

https://www.kawabe.co.jp/handkerchief_recipe.html