



早いもので、今年も残すところあと1ヶ月となりました。寒くなり、インフルエンザやノロウイルスなど、冬に多い感染症が流行しやすい時期です。特に3年生は本格的な受験シーズンとなり、とても大切な時期になってきます。体調を崩さないように、マスクの着用や手洗い・うがいはもちろん、規則正しい生活（十分な睡眠・バランスの良い食事・適度な運動）を送るよう心がけましょう。



12月1日は「世界エイズデー」



令和3年度世界エイズデー キャンペーンテーマ

「レッドリボン30周年 ～Think Together Again～」

HIV/エイズって何？

- ・HIV…ヒト免疫不全ウイルス (Human Immunodeficiency Virus) の頭文字を取ったウイルスの名前。感染している場合、血液や精液・膣分泌液、母乳に多く含まれる。
- ・エイズ…後天性免疫不全症候群 (Acquired Immunodeficiency Syndrome) の略称で、HIVに感染した人が、免疫機能の低下によりエイズ特有の症状が現れた状態のこと。

感染経路は？

- ①性的感染…あらゆる性行為により感染の可能性があります、性器や肛門、口などの粘膜や小さい傷口から感染
- ②血液感染…注射器の共用による回し打ちや、医療現場での針刺し事故など
- ③母子感染…母親がHIVに感染している場合、妊娠中や出産時に感染、母乳からも感染
(最近では、適切に治療薬を飲むことなどで、赤ちゃんへの感染を1%以下に抑えることができます)

※握手・ハグや咳・くしゃみ、同じお風呂に入るといったことから感染しません！！

日本におけるHIV感染者・エイズ発症件数は？

厚生労働省エイズ動向委員会による「令和2年エイズ発生動向一概要」の結果によると、HIV感染症及びエイズ発症が分かった人が年間 約1200件、新たに報告されています。特に多いのが性的感染で、報告件数の約8割となっています。

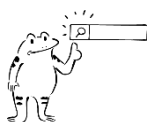
どこで検査できる？

全国の保健所・医療機関で検査可能です。保健所では、匿名・無料で検査ができます。保健所によっては、事前に予約が必要な場合があるので、電話で確認をしてください。

※HIVに感染していても、感染初期には血液中に抗体やウイルスが検出されない(ウインドウ期)があります。確かな結果を得るために、感染の可能性があった日から3ヶ月以上経ってから検査を受けてください。

HIVに感染してもエイズにならない治療法はある？

今のところ、体のHIVを完全にとりのぞく治療法はありません。しかし、治療法は日々進歩し、早期発見・早期治療をすることで、エイズ発症を防いで、感染していない人と同じくらい長く、健康的な社会生活を送ることができるようになってきました。また、治療を継続することで、HIVに感染している人から他の人への感染リスクをゼロに近いレベルまで下げられることも確認されています。



その他のHIV・エイズの知識については、HP「エイズ予防情報ネット API-Net」の「エイズの知識Q&A」を確認してみてくださいね。



加湿と換気で感染症対策を強化！



適度な湿度

空気中を漂うウイルスは、湿度50～60%で感染力が弱まります。

加湿器がなくても、濡れタオルを干したり、水を入れた容器を置いたりするだけでも乾燥を防ぐことができます。

こまめな換気

空気を入れ替えて、室内のウイルスを追い出しましょう。対角線に2カ所の窓を10cmほど開けるのが効果的です。

各教室で気温が低い場合は、常時、上方の窓を開けておくなど工夫しましょう。

健康観察について

毎朝7時に配信されるClassi「健康観察アンケート」で、昨晚と今朝の検温・風邪症状のチェックをして報告してください。可能であれば、検温アプリ等を活用して、自分でも記録に残すようにしてくださいね！（Classiの不具合等で報告できない場合は、記録用紙を渡すので、各自で保健室へ申し出てください。）

- ❖ 発熱等の症状がある場合は、かかりつけ医に電話相談し、受診や検査の指示を受けるようにしましょう。
- ❖ かかりつけ医がなく、相談できる医療機関もない場合は、「受診・相談センター」（電話0570-200-218〔24時間体制〕）に電話をすれば受診可能な「診療・検査医療機関」が案内されます。
- ❖ 健康観察の記録は、医療機関を受診する際に経過をみるできるので、大切に保存しておきましょう。

学校環境衛生検査の結果

◎ 飲料水の水質検査（9月29日（水）実施 天気：晴れ 気温28℃）

学校薬剤師さんに2F・4Fウォータークーラー（飲料水）の水質検査を実施してもらいました。

検査結果は次のとおりです。どちらのウォータークーラーも異常はありませんでした。

ウォータークーラーは、みんなが使うものです。汚さず綺麗に使用するようにしましょう。

検査項目	2Fウォータークーラー	4Fウォータークーラー	基準
水温	8℃	9℃	
色・にごり	なし	なし	色度5度以下 濁度2度以下
臭い・味	なし	なし	異常でないこと
pH値	7.2	6.9	5.8～8.6
残留塩素濃度	0.3	0.3	0.1以上

◎ 浮遊粉じん検査（10月5日（火）実施 天気：晴れ 気温：25℃）

学校薬剤師さんに201・207HR教室の浮遊粉じん検査を実施してもらいました。

検査結果は、それぞれ0.018 mg/m³、0.016 mg/m³で「異常なし」でした。【基準値 0.10 mg/m³以下】

◎ 照度検査（10月21日（木）実施 天気：晴／曇）

学校薬剤師さんに301・305HR教室の照度（明るさ・まぶしさ）検査を実施してもらいました。

点灯時の黒板面・机上の照度は異常なしでしたが、「消灯時の照度が低いので、使用時は必ず点灯して

おく必要がある」と指導・助言をいただきました。教室使用時は、必ず電気を点けるようにしましょう。



環境衛生検査に協力していただいたHRの皆さん、ご協力ありがとうございました！