

ほけんだより 9月

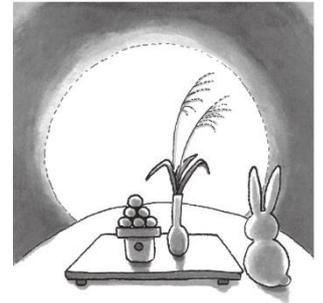
天草中学校ほけんだより第12号

令和3年9月22日(水)

文責：養護教諭 荒木 夫美恵

2021年の中秋の名月(十五夜)は、9月21日でした。「中秋の名月」とは、旧暦の8月15日の夜に見える月のことを指します。中秋の名月は必ずしも満月にはならないそうですが、今年中秋の名月は満月でした。

江戸時代の庶民にとって、旧暦の中秋(7・8・9月)のころは稲が育ち、間もなく収穫が始まる時期でしたので、中秋の名月は、無事に稲を収穫できる喜びを分かち合い、感謝する日になったようです。皆さんも、食べ物の恵みに感謝し、きれいな月を眺めておいしいお団子でも食べて、ほっとする時間がとれるといいですね。



まだまだ油断できません！！

熊本県内では、新型コロナウイルス感染症の新規感染者数は減少傾向にありますが、未だ県のリスクレベルは5(厳戒警報)のままです。天草中では、大会前の部活動の練習も始まっていますので、今後も気を緩めることなく感染症対策をお願いします。

マスクは布やウレタンよりも不織布の方が、効果が高いことが示されています。

マスク着用の主な目的は、会話や咳による飛沫の飛散や吸い込みを防ぐことです。近年の研究では、飛沫を出す側と吸い込む側、両者の距離感やマスクの着用状況、マスクの素材(性能)によっても、防御効果に大きな違いが生まれることが分かっています。



たとえば、スーパーコンピューター富岳によるシミュレーションの結果によれば、マスクの性能は、布製やウレタン製よりも、不織布素材の方が高いことが示されています。

また、鼻の部分に金具がある場合は、折り曲げて鼻に沿って着用するなど、すき間のないよう顔にフィットさせた方が、効果が高いことが示されています。

布製
マスク



吐き出し飛散：66～82%カット
吸い込み飛散：35～45%カット
洗濯し何度も使える

ウレタン製
マスク



吐き出し飛散：50%カット
吸い込み飛散：30～40%カット
通気性が良く、呼吸しやすい

不織布製
マスク



吐き出し飛散：80%カット
吸い込み飛散：70%カット
使い捨て

素材の種類にかかわらず、マスクを着用することは感染症対策になります。布製マスクやウレタン製マスクの特徴を理解し、呼吸がしやすい布製マスクは夏場や運動時に利用し、病院に出かける時、自分自身に熱などの風邪症状がある場合には、不織布マスクを利用するなど、状況に合わせて上手に使い分けるといいですね。ウレタン製マスクや、布マスクは洗濯するため、性能が落ちます。適度に買い換える必要はありそうです。マスクを購入する時に何回使えるものなのか確認すると良いでしょう。