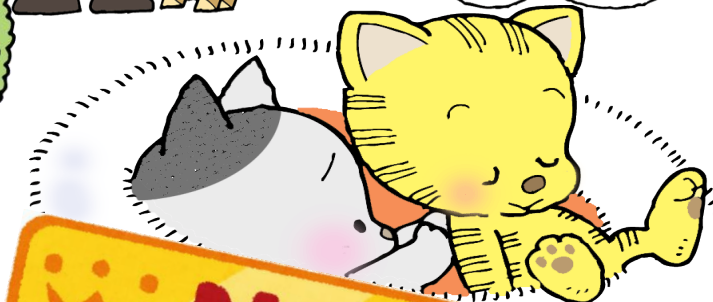


12がつ ほけんだより

令和3年12月20日
東俣野特別支援学校
養護教諭



No.1 滅菌

菌やウイルスといった微生物の数を、限りなくゼロに近づけること。

主な使用アイテム

「手術用具」「注射器」「滅菌ガーゼ」「滅菌コットン」など医療現場で使用する製品



No.2 殺菌

殺菌とは文字どおり「菌を殺すこと」。殺す菌やウイルスの数について、明確な定義はありません。ただし、薬機法によって「殺菌」という表示ができる商品は医薬品や医薬部外品のみに限られています。

主な使用アイテム

「消毒剤」や「薬用せっけん」などの医薬品や医薬部外品のみ



No.3 除菌

除菌とは「菌やウイルスを取り除いて、その数を減らすこと」。洗剤・石けん公正取引協議会には「物理的・化学的または生物学的作用などにより、対象物から増殖可能な細菌の数（生菌数）を、有効数減少させること」と定義されています。減らす菌やウイルスの数・種類について、明確な決まりはありません。

主な使用アイテム

スプレー、ジェル、ウェットシート、洗剤など



No.4 抗菌

抗菌とは「菌の増殖を抑えること」。直接的に菌を殺したり、取り除いたりするのではなく、菌が住みにくい環境をつくることを表しています。なお、経済産業省の定義では、ウイルスはその対象に入っていない。

主な使用アイテム

ハンカチや靴下など衣類、パソコン用品、おもちゃぬいぐるみ、カバン、スリッパ、便座など



冬休みもやります！
はみがきカレンダー
口腔ケアで口腔機能UP!!
そして免疫力UP!!

夏休みもご家族でがんばって歯みがきをしている様子がカレンダーでよくわかりました。秋の歯科検診ではむし歯ゼロでした！ 1月には歯科衛生士さんによる歯とお口の健康チェックがあります。冬休みも、Aがもらえるように歯みがきをがんばりましょう！ 歯みがきは、インフルエンザなどの感染症予防にも効果があります。ぜひ、家族全員で歯みがきをしていきましょう。

1月の健康観察票も配布します。
冬休み中も記入をおねがいします。
できる範囲で

今年もご家族でがんばって歯みがきをしている様子がカレンダーでよくわかりました。秋の歯科検診ではむし歯ゼロでした！ 1月には歯科衛生士さんによる歯とお口の健康チェックがあります。冬休みも、Aがもらえるように歯みがきをがんばりましょう！ 歯みがきは、インフルエンザなどの感染症予防にも効果があります。ぜひ、家族全員で歯みがきをしていきましょう。

新型コロナウイルス感染症特集! COVID-19

変異株はオミクロン株で何個目?

<新型コロナウイルスの変異株とWHOの分類>

WHOの分類	記録上、最初に確認された時期	日本で確認
α アルファ	2020年 9月 英国	○
β ベータ	2020年 5月 南アフリカ	○
γ ガンマ	2020年 11月 ブラジル	○
δ デルタ	2020年 10月 インド	○
ε イプシロン※	2020年 3月 米国	—
ζ ゼータ※	2020年 4月 ブラジル	—
η イータ	2020年 12月 英国 ナイジェリア	△
θ シータ※	21年 1月 フィリピン	—
ι イオタ	2020年 11月 米国	—
κ カッパ	2020年 10月 インド	○
λ ラムダ	2020年 12月 ペルー	△
μ ミュー	21年 1月 コロンビア	△
ν ニュー		△
ξ クサイ		△
ο オミクロン		△
π パイ		△
ρ ロー		△
σ シグマ		△
τ タウ		△
υ ウプシロン		△
φ ファイ		△
χ カイ		△
ψ プサイ		△
ω オメガ		△

注目すべき変異株 (VOC) : α, β, γ, δ, η, θ, κ, λ, μ
注目すべき変異株 (VOI) : ν, ξ, ο, π, ρ, σ, τ, υ, φ, χ, ψ, ω

検査でのみ確認: ν, ξ, ο, π, ρ, σ, τ, υ, φ, χ, ψ, ω

まだ使っていない文字: ρ, σ, τ, υ, φ, χ, ψ, ω

※は7月にVOIから除外

ほげんだより 10月号にも載せましたが、WHOの分類表です。今回のオミクロン株は南アフリカで発見され、VOC(懸念される変異株)として11月に命名されています。「ν」(ニュー)と「ξ」(クサイ)も発見されていて「ο」(オミクロン)になったのかと思っていたら、実はないそうです。「ニュー」は英語で「Nu」、「クサイ」は英語で「Xi」と表記します。

WHOは、前の2つを飛ばしてオミクロンと命名しました。その理由を問い合わせたCNNの取材に、メールで「Nuは『new』と混同されやすい。Xiは一般的な姓であることから使用しなかった」「新たな疾病の命名に関するWHOのベストプラクティスでは、『いかなる文化、社会、国家、地域、職業、民族に対しても不快感を生じさせることを避ける』と規定している」と回答があったそうです。

アクリル板などのパーテーションは効果があるの? エアロゾル感染を防ぐには?

仕切り板については、飛沫感染には効果があると言われています。エアロゾル感染にもある程度の効果があると言われていて、一方で、仕切り板が換気を妨げてしまうため逆効果である(感染が広がる原因となる)とも言われています。これには仕切り板の高さが関係していると考えられていて、座って食事をする場合、地面から1.4m、机から80cm「の高さがあると効果的ですが、これ以上高くしても感染を防ぐ効果は上がりず、かえって換気の妨げになってしまうと言われています。



エアロゾル感染を防ぐにはマスクや十分な換気が必要です。そして仕切り板の効果については、咳や会話による飛沫やエアロゾルを妨げると言われています。その一方で仕切り板で空間を区画してしまうと、空気がよどんだり、区画の中でエアロゾル感染が増えたりするとも言われています。すなわち、仕切り板を使う場合にも効率よく換気することが大切です。

新型コロナウイルスはどれくらい生きる?

新型コロナウイルスは、感染した人のくしゃみや咳と一緒に口から飛び出します。マスクは完全には防ぐことはできませんが、飛沫はある程度ブロックできます。しかし手に付いたウイルスは手洗いをしたり消毒しないと殺菌しないと体に入ってきてしまう危険がありますね。食事前や顔を触る前には必ず手洗いや消毒をする習慣をつけたいですね。

ウイルスの生存時間

空気中

3時間

ボール紙の表面

24時間

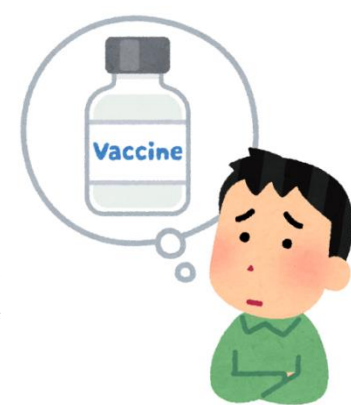
プラスチック
ステンレスの表面

48~72時間



ブレークスルー感染が多くなっています

ほげんだより9月号にも載せましたが、どの感染症に対するワクチンでも、その効果は100%ではありません。ワクチンを接種した後も感染する可能性があり、それを「ブレークスルー感染」と呼びます。新型コロナワクチンの場合では、2回目の接種を受けてから2週間くらいで十分な免疫の獲得が期待されるので、それ以降に感染した場合にブレークスルー感染と呼んでいます。デルタ株以降、ブレークスルー感染が多く確認されており、オミクロン株でもワクチン2回接種済みの人の感染が多く確認されています。多くは無症状か軽症ということですが、重症化することも十分ありえます。3回目のワクチン接種も開始されますが、感染予防の基本は「手洗い」「マスク」「蜜を避ける」ことです。



よいお年を!

1月に元気な顔が見れることを楽しみにしています

