

みなさんこんにちは。休校になり、明日でちょうど1か月。そろそろころやからだに不調が現れるころではないでしょうか。今までに経験したことのない、大変ストレスがかかる状況が続いており、みなさんの健康がとても心配です。食欲はありますか？ 夜、しっかり眠れていますか？

いつ学校が再開するか、平和な日常は戻ってくるのか…。もう誰にもわからないですが、今、わたしたちにできることを考え、正しい行動をしましょう。

## 【正しい情報を知り、正しい行動をしよう！！】

正しい行動ができない人は、情報を正しく理解していない可能性があります。

新型コロナウイルスについて、ちょっと確認してみましょう。



### その1 そもそも、コロナウィルスって、なあに…？

コロナウィルスとは、直径約100nm（ナノメートル）※の球体。

※1mmの1万分の1！花粉のおよそ100分の1！もはや、よくわからない小ささ！！

名前の由来は、表面に突起があり王冠（ラテン語でコロナ）に似ているから👑

いわゆる“風邪”の10～15%はコロナウィルスが原因で、それ以外の重篤化する種類が、SARS、MERS、今回の新型コロナウイルス。新型コロナウイルスの主な症状は「発熱」「だるさ」「せき」など。今のところ、患者の80%程度は軽症と考えられています。

### その2 どうやって感染するの？

空気中に浮遊する感染者の飛沫や飛沫核※を吸い込み、鼻やのどの粘膜でウィルスが増殖。

免疫力が高い人は、感染しても無症状または軽症で抑えられるが、免疫力が下がっていると、ウィルスは増殖し続け、重篤化する。

※飛沫…だ液や鼻水など、飛沫核…だ液や鼻水などの水分が蒸発し軽くなったもの

…たくさん書いても頭に入らないと思うので、今回は **その2** まで。

次回は **その3 感染を防ぐには？ その4 不要不急ってなに？** を確認します。お楽しみに！！

### そのマスク、「寄付」という選択があります。



政府から届いたマスクを、みなさんに配付します。

すでに手作りマスクなどが十分にあり、今さらガーゼマスクは必要ない！という人は、放置せず、寄付しませんか？本校で集まったマスクは、生徒会を通し、小樽市教育委員会へ寄贈することになっています。

また、衛生面を考え、寄付できるのは袋から出していないマスクのみとします。詳しいことは裏面「マスクの寄付ご協力をお願いします」を読んでください。