

# ほけんだより がつ 9月

大分市立舞鶴小学校  
保健室  
令和3年9月日

## 「あいてますか」でコロナ予防!

始業式で、「あいてますか」を合言葉に感染症対策に取り組みましょう!とお話をしました。早速、分散登校中も取り組んでくれています。ぜひ、おうちでも「あいてますか」に取り組んでみてください。

**あいだ**をあける



**マスク**をつける



あいてますか

**手**あらいをする



**かんき**をする



### マスクの種類と効果について

マスク生活が始まりもうすぐ2年が経とうとしています。おしゃれなマスクやクールマスクなど、いろいろな種類のマスクが発売されていますが、「感染対策」として考えると、どのマスクが適しているのでしょうか。

■ マスクやフェイスシールドの効果 (スーパーコンピュータ「富岳」によるシミュレーション結果)

対策方法	なし	マスク			フェイスシールド	マウスシールド
吐き出し飛沫量	100%	20%	18-34%	50%*2	80%	90%*2
吸い込み飛沫量	100%	30%	55-65%*2	60-70%*2	小さな飛沫に対しては効果なし (エアロゾルは防げない)	

出典：国立大学法人豊橋技術科学大学「コロナウイルス飛沫感染に関する研究」より  
<https://www.tut.ac.jp/docs/201015kisyakaiken.pdf>



### 効果のちがい

昨年10月、「富岳」を用いたシミュレーション結果(左図)が発表されました。

この結果から、最も飛沫を吐きださない、吸い込まないのは「不織布マスク」であることが分かりました。

感染対策としては「**不織布マスク**」が最も適しているということですね。



### マスクを使い分けよう!

いつでもどこでも「不織布マスク」を使うとなると、使い捨てなのでお金がかかり、ゴミも増えてしまいます。いつも不織布マスクでないといけないわけではなく、**大人数が集まる学校などの場所**では、感染リスクが高くなるため、**不織布マスクの方がおすすめ**です。暑くて、周りに人がいない時は、布マスクや通気性のよいウレタンマスクにするなど、**場所や状況に合わせてマスクを使い分けるとよい**かもしれません。

不織布マスクをつけているから安心! というわけではありません。鼻からあごまでしっかり隠して、すきまができないようにつけましょう。

～ダメな例～

