

保健通信

令和2年度
1月20日
益田翔陽高校
保健室



レッツ、チャレンジ！

今月の保健通信はコロナクイズにしてみました。翔陽祭での保健委員会によるコロナクイズと同じ問題もありますが、もう一度考えてみてください。解答は裏面にあります。

選択クイズ

ひまっ
*飛沫感染の「飛沫」で正しいものはどれ？

- ①せきやくしゃみで口などから飛び出る、つばや鼻水などのしぶきのこと。
- ②話したり、歌ったりしたときに口から飛び出る、つばなどのしぶきのこと。
- ③①と②の両方

*ソーシャルディスタンスは一般的に何mとされていますか？

- ①1m
- ②2m
- ③3m



穴埋めクイズ

*くしゃみや咳による飛沫が到達する距離は、くしゃみで（ ）m、咳で（ ）mといわれています。この距離も加味して厚生労働省では、保つべき距離として相手との距離を（ ）m程（最低でも1m）取ることを推奨しています。

*5分間、人と話すと1回（ ）をしたのと同じくらいしぶきをとばします。

*「3つの密」とは、「みっぺい・みっしゅう・みっ（ ）」のことです。

〇×クイズ

*発熱やのどの痛みなどの症状があるので、すぐに近くの病院で診てもらおうようにした。

*感染予防にアルコール消毒は効果があるが、石鹸を使った手洗いも大事である。

*手を洗った後、拭かないで、念のためにアルコール消毒をした

*マスクをしていない時にくしゃみが出そうになったので、手で口と鼻をおおってくしゃみをした。

*高校生が濃厚接触者となりPCR検査を受けることになった。すぐに学校に連絡した。

*ネットでコロナの情報を集めた。この時、書かれた日付を確認した。

*若い人はコロナに感染しても重症になったり後遺症に悩まされたりすることはない。



クイズの解答です。今回のクイズの解答にもありますが、コロナの情報は書かれた日付に注意しましょう。後日には否定される情報になる可能性もあります。

選択クイズ

*飛沫感染の「飛沫」で正しいものはどれ？

- ①せきやくしゃみで口などから飛び出る、つばや鼻水などのしぶきのこと。
- ②話したり、歌ったりしたときに口から飛び出る、つばなどのしぶきのこと。

③①と②の両方

*ソーシャルディスタンスは一般的に何mとされていますか？

- ①1m
- ②2m
- ③3m



穴埋めクイズ

*くしゃみや咳による飛沫が到達する距離は、くしゃみで（ 3 ）m、咳で（ 2 ）mといわれています。この距離も加味して厚生労働省では、保つべき距離として相手との距離を（ 2 ）m程（最低でも1m）取ることを推奨しています。

*5分間、人と話すと1回（ せき ）をしたのと同じくらいしぶきをとばします。

*「3つの密」とは、「みっぺい・みっしゅう・みっ（ せつ ）」のことです。

〇×クイズ

*発熱やのどの痛みなどの症状があるので、すぐに近くの病院で診てもらおうようにした。

×→すぐに病院に向かってはいけません。かかりつけ医などに電話をして指示をもらいましょう。

*感染予防にアルコール消毒は効果があるが、石鹸を使った手洗いも大事である。

○→手洗いは最大の防御です。コロナウイルスだけでなく、すべての感染症の予防になります。この機会に、正しい手洗い方法をもう一度確認してください。

*手を洗った後、拭かないで、念のためにアルコール消毒をした

×→手が濡れたままだと、アルコールの濃度が薄くなるため、効果が減ってしまいます。

*マスクをしていない時にくしゃみが出そうになったので、手で口と鼻をおおってくしゃみをした。

×→服のぞでなどでおおうようにしてください。でも、マスクをしていれば一番いいですね。

*高校生が濃厚接触者となりPCR検査を受けることになった。すぐに学校に連絡した。

○→連絡をお願いいたします。

*ネットでコロナの情報を集めた。この時、書かれた日付を確認した。

○→書かれた日時に注意しましょう。今は否定されている情報かもしれません。

*若い人はコロナに感染しても重症になったり後遺症に悩まされたりすることはない。

×→これはウソの情報です。

