

# ほけんだより 6月

令和3年6月18日  
石川県立飯田高等学校  
保健室

自分のために、みんなのために、感染症対策を徹底しましょう！



## 新型コロナウイルス Q&A

新型コロナウイルスは、発症前から人にうつしてしまうの？



症状がなくても  
マスクは重要！

発症する「2日前」から  
感染力が最大になります

人に感染させる可能性がある期間は、発症 2 日前から発症後 7～10 日程度と考えられています。新型コロナウイルス感染症は、発症前から感染力があり、発症から間もない時期に感染力が高いことが特徴です。

学校生活の中で感染リスクが高いのは、どんな場面？



休憩時間や放課後等、  
マスクを外す場面での  
飛沫感染に注意してください。

マスクを外して近距離で会話すると、飛沫感染のリスクが非常に高いです。マスクを外す場面では、できる限り会話は控えて、人と 2m 以上の距離を確保するよう心がけましょう。

**マスクを外すタイミングは、特に気を付けて！**

- ✓ 昼食は自分の席で静かに食べる。机を向かい合わせにしない。
- ✓ 歯みがき中はしゃべらない。空いている手洗い場を選び、すみやかに終わらせる。
- ✓ 部活動中・登下校中等にマスクを外す場合は、人との距離をとる。  
※バスに乗るときやコンビニ・図書館に行くとき等は、マスクを着用してください。



熱中症に注意

息が苦しいと感じるときは、人との距離をとって、マスクを外しましょう！