

# 保健だより



令和2年4月22日  
明和県央高等学校 保健室  
～感染症対策特別版～

知らないうちに、拡めちゃうから。



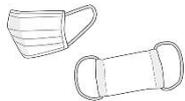
# STOP!

# 感染拡大

— COVID-19 —

コロナウイルス関連の報道が続き、不安な日々を過ごしている人も多いのではないのでしょうか。

日本政府は、疫病から人々を守るとされる妖怪「アマビエ」をモチーフに、若い人に協力を求めています。自分や家族、そして周りの人たちのために、私たち一人ひとりができることをしっかりと行っていくことが大切です。安心して活動できる日が1日も早く来るよう、石鹸による手洗いの励行、不要不急の外出や3密を避ける等、感染拡大を防ぐための行動を心がけましょう！

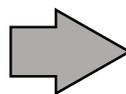


## ～布マスクが配付されます～



ニュースなどで知っている人もいるかもしれませんが、国から皆さんへ布製のマスクが配付されます。依然として、使い捨てのマスクが手に入りにくい状況ですので、大切に扱うようにしてください。布マスクは、1日1回の洗濯で、おおむね1カ月の利用が可能となるようです。適切な洗い方について、政府がインターネット上に公開している方法を記載しますので、参考にしてください！

### <布マスクの洗い方>



#### ● 準備するもの

- ・衣料用洗剤（塩素系漂白剤）
- ・清潔なタオル
- ・大きめの桶
- ・台所用手袋（漂白剤を使用する時）
- ・洗濯バサミ

#### ● 洗い方

- ① 桶に衣料用洗剤を入れて溶かす。（2ℓの水に0.7g程度の洗剤）
- ② マスクを桶に入れて10分間つけ置き、その後軽く押し洗いをする。
- ③ 桶に入れた洗剤を流した後、桶に水道水をためてマスクをすすぐ。
- ④ タオルで水気をきり、陰干しをする。

※汚れが気になる時は、洗剤の代わりに漂白剤を使用する。



もみ洗い  
NG!

