



# 元気だより 12月号

H29.12.20 岡山県立水島工業高等学校 保健室

12月に入り、今年も残すところあとわずかとなりました。今年はみなさんにとって、どんな1年でしたか？心も体も元気に過ごせましたか？かぜやインフルエンザなどにかからないよう、手洗い、うがい、教室の換気などに気をつけ、元気に新年を迎えましょう！

## 教室の二酸化炭素の測定をしました

測定場所：C3教室 測定者：C3保健委員

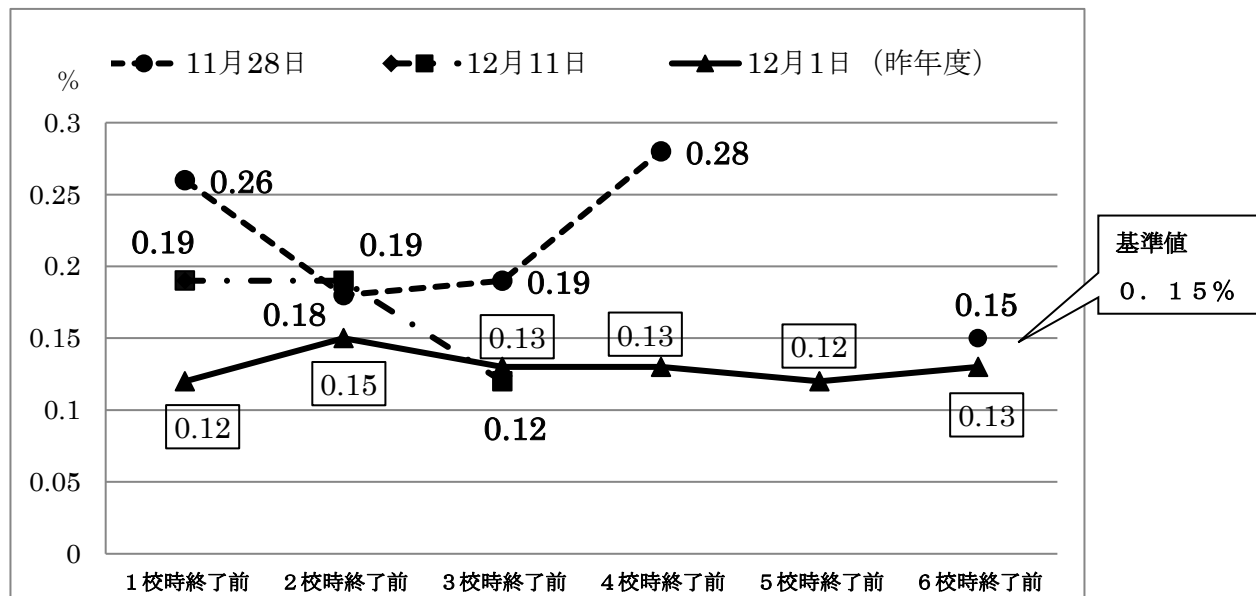
11月28日：エアコン使用なし・換気の指示なし

12月11日：エアコン使用あり・換気の指示あり

(常時、上の窓を前後2カ所を約5cm開ける)

12月1日(昨年度)：エアコン使用あり・換気の指示あり

(常時、上の窓を前後4カ所を約5cm開ける)



11月22日は換気の指示がない状態で、12月11日は上窓2カ所を5cm常時開けた状態で二酸化炭素を測定しました。結果は、上窓2カ所を5cm常時開けた方が二酸化炭素濃度は低かったです。基準値よりは高かったです。基準値は、0.15%以下です。昨年度の結果から、上窓4カ所を5cm常時開けたほうが基準値より低くなっています。

換気をすることは、インフルエンザの予防にもなるので、みなさんも、ぜひ教室の窓を前後4カ所を少し開けて授業を受けましょう。

## インフルエンザや感染性胃腸炎に気をつけよう

### インフルエンザ注意報発令中

岡山県では12月7日、インフルエンザ注意報が発令されました。本校でもインフルエンザにかかった生徒がいます。手洗い・うがい・部屋の換気をして感染予防を心がけましょう。



### 出席停止について

インフルエンザと診断されたら出席停止になりますので、必ず担任に連絡してください。インフルエンザが治り、登校するときには「治癒証明書」を学校に提出してください。「治癒証明書」は水島工業高校のホームページからも印刷できます。



また、この時季に注意が必要な感染症に感染性胃腸炎があります。感染性胃腸炎は細菌やウイルスなどの病原体によって起こる、嘔吐・下痢をおもな症状とする感染症です。ノロウイルスやロタウイルスなどのウイルス感染によるものが多く、毎年秋から冬にかけて流行します。便や嘔吐物が感染源となるので、適切な処理と手洗い、食品や調理器具の加熱消毒が、対策の重要なポイントとなります。

### ノロウイルスによる感染性胃腸炎の予防のポイント

- ① 手洗い**
  - 食事の前やトイレの後は石けんで手を洗い、流水でよくすすぐ。
  - タオルやハンカチの共有はやめましょう。
- ② 食品の取り扱いに注意**
  - 加熱調理する食品は十分に火を通す。
  - 85~90℃で90秒以上加熱する。
- ③ 便や嘔吐物の適切な処理**
  - ノロウイルスの便や嘔吐物を処理するときに感染することがあります。便や嘔吐物を処理するときは使い捨ての手袋やマスクを着用して、ペーパータオル等で拭き取り、その後、塩素系漂白剤を薄めて、浸すように拭き取る。ノロウイルスに対しては塩素系漂白剤が有効です。
  - 便や嘔吐物を処理した後は、石けんでしっかり手を洗う。

便や嘔吐物にはウイルスが含まれています。

## 生徒保健委員会活動

### ◆◆教室の照度測定をしました◆◆

中間審査中に保健委員がHR教室と専門科の教室、実習室の照度を測りました。すべての場所で基準値を満たしていました。



#### 判定基準

- ・教室の照度の下限 300 ルクス、教室及び黒板の照度は 500 ルクス以上が望ましい。
- ・教室及び黒板のそれぞれの最大照度と最小照度の比は、20：1 を超えないこと。また、10：1 を超えないことが望ましい。
- ・コンピューター教室等の机上の照度は、500～1000 ルクス程度が望ましい。
- ・テレビやコンピューター等の画面の垂直面照度は、100～500 ルクス程度が望ましい。

#### 測定結果

場所	黒板			教室		
	最大照度	最小照度	照度の比	最大照度	最小照度	照度の比
M1A	1900	1590	1.2:1	3590	1600	2.2:1
M1B	1890	1310	1.4:1	3590	1550	2.3:1
M1C	1740	1270	1.4:1	3700	1620	2.3:1
E1A	1680	1210	1.4:1	3550	1280	2.8:1
E1B	1710	1080	1.6:1	3650	1250	2.9:1
C1	2330	1360	1.7:1	3910	1550	2.5:1
A1	1430	736	1.9:1	3050	940	3.2:1
I 1	2060	1310	1.6:1	3510	1330	2.6:1
M2A	1500	1140	1.3:1	3040	1840	1.7:1
M2B	1530	1020	1.5:1	2640	1280	2.1:1
M2C	1660	1420	1.2:1	3720	1470	2.5:1
E2A	2230	1280	1.7:1	4030	1230	3.3:1
E2B	1630	1180	1.4:1	3300	1170	2.8:1
C2	1830	1210	1.5:1	3820	1440	2.7:1
A2	1620	832	1.9:1	3060	880	3.5:1

場所	黒板			教室		
	最大照度	最小照度	照度の比	最大照度	最小照度	照度の比
I 2	1620	1050	1.5:1	2330	1370	1.7:1
M3A	806	624	1.3:1	1570	780	2.0:1
M3B	840	600	1.4:1	1340	740	1.8:1
M3C	870	700	1.2:1	1790	800	2.2:1
E3A	1700	879	1.9:1	3660	1200	3.1:1
E3B	1570	724	2.2:1	3660	923	4.0:1
C3	920	580	1.6:1	1660	660	2.5:1
A3	1520	697	2.2:1	3170	1100	2.9:1
I 3	1100	560	2.0:1	2830	921	3.1:1
溶接実習室(M科)	520	362	1.4:1	1000	558	1.8:1
製図室(E科)	966	786	1.4:1	2660	888	3.0:1
化学工業管理室(C科)	898	584	1.5:1	1640	683	2.4:1
材料試験室(A科)	910	721	1.3:1	1520	1190	1.3:1
電子計算機室(I科)	1360	970	1.4:1	2410	1480	1.6:1

#### 1年生の活動

1年生の保健委員は、2つのグループに分かれて、ペットボトル飲料水の飲み口の細菌の実験と手についた細菌の実験をしました。どちらの実験も寒天培地を使用して実験しました。結果は3学期に報告します。

