



川口工業高校定時制
保健室
令和2年4月10日

◎ 緊急事態宣言に伴い、5月6日まで臨時休校となりました。休校中も基本的な感染症対策である「手洗い・うがい」をしっかりと行いましょう。なお、毎朝、体温を測定し、自分で健康状態のチェックをお願いします。

◎ 当初予定していた健康診断の日程も全て延期となり、現在調整中です。

4月8日現在、現段階で、決定している検診は以下のとおりです。

- 1、眼科検診（全学年対象）： 6月1日（月）18：40～
- 2、歯科検診（全学年対象）： 6月2日（火）18：40～
- 3、耳鼻科検診（全学年対象）： 6月3日（水）18：40～

その他の健康診断については、日程が決まり次第お知らせいたします。

手作りマスクの作り方

マスクについては、入手することがむずかしい状況が続いています。現在、学校も新規購入ができず、在庫も残り少なくなっていました。手作りマスクの作り方について、様々なサイトで紹介されていますが、その中から、キッチンペーパーでつくるマスクの作り方を紹介します。

手作りマスクにはウィルスの感染を防ぐ効果はないため、あくまでも自分の咳やくしゃみが出た場合の「咳エチケット」の補助としてご活用ください。作る時にはよく手を洗ってから作りましょう。

また、文部科学省 子供の学び応援コンテンツリンク集の中でも、マスクの作り方等動画で紹介されています。

○文部科学省 「やってみよう！新型コロナウイルス感染症対策みんなのできること」

<https://youtu.be/219-OtHGje8>（動画）

○成田市のHP「各種感染症」→「手作りマスクの作り方」のページでもわかりやすく紹介されています。

キッチンペーパーで作る使い捨てマスク

☆用意するもの☆

- ・キッチンペーパー
- ・のり
- ・ワイヤー1個（ラッピングや植木用）
10cmを使用しました
- ・ゴムひも又はひも2本（35cmを2本使用）
長さは使う方によって調節してください。
長さが決まったら結び目を両サイド折り目の中に入れて見た目もいいです。



ゴム紐は使い終わったマスクから簡単に取り出せて何度か使えます。

1. キッチンペーパーを広げて横に折り、ひだを3つ作ります。

下の部分の角を写真のように折ります。



裏はこんな感じ



2. 裏をひき、上部の真ん中にワイヤーを置き、上から10cmほど横一列にノリを塗ったらワイヤーを巻き込むようにペーパーを折ってとめます。



のりのかわりに両面テープでも可。

ノリが紙にひっつく場合があるので注意してください。点々と少しずつめると良いです。

3. ペーパー両サイドのひだがぼろぼろしないようノリでとめて整えます。（後からしてもOK）

4. 左右端5mmほどノリをぬり、ゴムひもを入れて内側に折ってとめます。



5. ゴムひもを適当な長さに結んだら完成！

※ウイルスに対しての効果は検証していません。
マスクが手に入るまでの一時的なものとしてご利用ください。
中にガーゼやハンカチをはさむと隙間もなくなりGOOD。