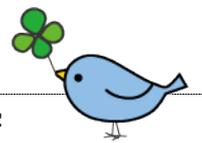




保健室だより



東北学院大学
学生総合保健支援センター
保健室 2021年9月発行



新型コロナウイルスの変異株が猛威をふるい感染が拡大しています。変異株では、若年者でも重症化するリスクが示唆されています。感染経路不明なケースも増加しており、いつどこで感染するか分からない状況の中、誰でも感染者・濃厚接触者になる可能性はあります。体調が悪い時や自宅待機中には気軽に買い物に行けなくなりますので、いざという時の為に日ごろから日用品や食品等の備えをしておきましょう。災害時の備えにもなります。

医薬品・日用品のストック

- 体温計 マスク 消毒液
- 総合感冒薬 胃腸薬 解熱鎮痛剤
- 水枕・氷枕 保冷剤などの冷却剤
- 絆創膏 生理用品
- 使い捨てのビニール袋
- ティッシュペーパー
- トイレトペーパー
- 洗剤 石鹸



食料品のストック



- 主食**：パックご飯、レトルト粥、乾麺（そうめん、即席めん等）、栄養補助食品等
- 主菜**：魚・肉・豆などの缶詰、レトルト食品等
- 副菜**：野菜の缶詰、冷凍野菜、即席スープ等
- 水分補給**：イオン飲料、経口補水液、野菜ジュース、果汁飲料等
- その他**：果物の缶詰、ゼリー飲料、菓子等



※8/31のお知らせ『一人暮らしの自宅療養 注意点』も併せて確認してください。

https://www.tohoku-gakuin.ac.jp/info/content/210831-1_1.pdf

「不織布マスク」について

- 新型コロナウイルスの感染が続くなか、**マスクは必需品**となっています。
「感染者からのウイルスの排出を抑える」「非感染者がウイルスを吸入する確率を小さくする」などの効果があります。
- 様々な素材のマスクがありますが、研究が進んできた現在、一番効果的なのは「**不織布マスク**」を「**すき間のないように顔にフィットさせること**」といわれています。
<https://corona.go.jp/proposal/>「感染拡大防止特設サイト」（内閣官房）→「いつでもマスク」参照
- マスクの品質に関する関心が高まるなか、6月にマスクのJIS規格（JIS T9001等）が制定されました。これにより一定の性能基準を満たしたマスクが製造・販売され、消費者の安心・安全の確保につながることを期待されます。

不織布マスクを



すき間のないように装着



ワクチン接種について



ワクチン接種により新型コロナウイルス感染症の発症や重症化を予防する効果が期待されています。

- 国立感染症研究所が2021年8月31日に公表した、**新型コロナワクチン**の有効性を検討した症例対照研究の暫定報告（第一報）によると、ワクチンを接種して14日以上経過した者においては未接種者と比較して、有意に感染のオッズ（割合）が低く、新型コロナウイルス感染症の発症に対する有効性が示されました。
- ワクチンを2回接種している者においては高いワクチン有効性を認めましたが、100%ではない（ブレイクスルー感染が起こりうる）ため、現状の流行状況ではワクチン接種者においても感染対策を継続することが重要です。

【国立感染症研究所 HP】：<https://www.niid.go.jp/niid/ja/2019-ncov/2484-idsc/10614-ovid19-55.html>

- 新型コロナワクチンに関する疑問等は下記のサイトをご参照ください。

【厚生労働省】新型コロナワクチン Q&A <https://www.cov19-vaccine.mhlw.go.jp/qa/>

※ワクチン接種は強制ではありませんが、発症と重症化予防のため接種をご検討ください。