

3 月期

3月3日~3月30

新型コロナウイルス対策について

病原体による感染を飛沫感染と接触感染とに分けます。飛沫感染はくしゃみなどでウイルスに感染することを言います。感染可能な距離は2メートルです。droplets と言い重いので遠くには飛びません。咳やくしゃみをしている人がいれば、その人から2メートル以上離れることが大切です。以下1から3は接触感染の回避の仕方です。

1 マスクの扱い方

マスクは感染者からの飛沫感染をある程度防いでくれますが、限界があります。それよりもマスクは取り扱い方を間違えるとかえって危険です。

- ・必ずよく手を洗ってからマスクをつけること
- ・マスクの表面は絶対に触(さわ)らないこと(湿度のあるところにウイルスはつきやすい)

また、あごにマスクをかけるのは危険です。マスクを再度つけるとき、ウイルスをマスク、あるいは手から口や鼻そして目に触れて入れる危険があります。

- ・マスクは耳の後ろの紐しか触ってはいけません。
- ・N95の付け方は難しいので、シンガポール政府のサイトを見てつけ方を覚えてください。<https://youtu.be/bo-PEzHE7iw>

N95は10才以下の子供には適しません。きちんとつけると呼吸が苦しくなり、長くつけていられません。(WHO)

- ・咳が出る人、鼻水が出る人は、必ず他の人のためにマスクをして下さい。

2 公共のボタンやドアノブ

ドアのノブ、エレベーターのボタン、ATMなど、多くの人が触れている公共のボタンは、ティッシュで手をカバーして押してください。素手で触れないこと。もし触れた場合は手をよく洗ってください。

3 お金

お金はすべての人が使用していて汚れています。お金を使用したら必ず手をよく洗って下さい。中国では市中のお金を回収し、消毒したり、新しいお金を発行しています。理由は感染原の一つとみなしているからです。(Financial Times)

4 顔を手で触(さわ)らない

ウイルスは目、鼻、口から入ります。顔を手で触れない習慣を身につけること。どうしても触れたい時はティッシュを使用して下さい。子供には、ティッシュのパックを常に持たせて下さい。(大人もです)。使用したティッシュは、すぐに捨てて下さい。

5 公衆トイレ

公衆トイレを使用する時は、必ず便器のフタを閉めてから、まず水を流して使用すること。フタを閉めずに水を流すと飛沫感染の危険性がとても高くなります。使用後も必ずフタを閉めてから水を流して下さい。また便器のフタは必ずティッシュを使用し、直接手で触れないで下さい。今後、「便からの伝染の報告」の可能性はありえます。(JAMA) また、特に公衆トイレのドアは汚れていて、危険です。必ずティッシュで開け閉めして下さい。ティッシュはウイルスを閉じ込めるようにまるめて(ゴミ処理する人のことも考えて)、すぐに捨てて下さい。コロナウイルスが終焉しても、トイレのフタをまず閉めて水を流してからトイレを使用することは普段でも行うべき衛生習慣です。

6 サニタイザー(消毒液)

シンガポール政府が指定しているサニタイザーの一覧を載せておきます。

(下記サイト No.2)

また、他の市販のものでは、アルコールが70%以上含まれている消毒剤を使用することを覚えておいてください。ただし手が荒れる方がいます。何よりも、手をよく洗うことが一番大切です。

7 手をよく洗うことが大切な理由

手の表面には「脂肪(油)」があり、そこにビールスが付着します。「脂肪(油)」でウイルスを捕らえていますので、よく手を(手首まで)洗うことで、「脂肪(油)」ごとウイルスを除去できます。最後に水で石鹸が残らないように完全に流して下さい。

8 免疫力を高める

睡眠をしっかりとること。そして、食事をしっかりとることで、免疫力を高めて下さい。

以上の件は、全て権威のある一流の医学サイト(英語)で述べられていることです。私、個人の意見ではありません。以下に有益なサイトを載せておきます。現在有益だと思うコロナウイルス情報サイト(欧米の大学と研究機関)

は以下の通りです。

1:Ministry of Health, Singapore (MOH)

<https://www.moh.gov.sg>

2: NEA | Interim List of Household Products and Active Ingredients for Disinfection of the COVID-19 Virus

<https://bit.ly/2Pajt1>

3: The Lancet.com

<https://bit.ly/2vq3DJx>

4:JAMA Network

<https://jamanetwork.com/searchresults>

5:Centers for Disease Control and Prevention

<https://www.cdc.gov>

6:Imperial College London

<https://www.imperial.ac.uk>

7: The New England Journal of Medicine: Research & Review Articles on Disease & Clinical Practice

<https://www.nejm.org/>

8:Dr. John Campbell COVID-19に関する動画サイト

<https://bit.ly/32SJDLS>

正しい知識を身につけ、皆が正しい行動をすれば、コロナウイルスに勝てます。しかし、こういう時期は、子供の学力を落としやすい。ハーバード大学の研究ではユーチューブでの学習は実際の教室の学習と同じ効果があると実証しています。WAYでは、シンガポールのすべての学校が休校した時は、授業をYoutubeで配信する準備を進めています。

3 月期の予定

日	曜日	行事予定
3/2	月	<2 月期終了>
3	火	<3 月期開講>
4	水	
5	木	
6	金	
7	土	
8	日	
9	月	
10	火	
11	水	
12	木	
13	金	
14	土	【春期講習期間開始】
15	日	
16	月	
17	火	
18	水	
19	木	
20	金	
21	土	
22	日	
23	月	
24	火	
25	水	
26	木	
27	金	
28	土	
29	日	
30	月	<3 月期終了>
31	火	<4 月期開講>
4/1	水	
2	木	
3	金	
4	土	
5	日	
6	月	
7	火	
8	水	

保護者の皆様へ

授業料のお支払いについて

授業料の納入は前月の 25 日を期日とさせて頂いております。

4 月期の授業料は 3 月 25 日までにお支払いください。

※授業料明細を各ご家庭にメールでお送りしております。

受講変更は前々月末日です

受講科目・コース、パーソナルの受講回数等の変更を希望される場合や、本帰国等で退塾・休塾される場合は、お早目にご連絡下さい。所定の変更届をお渡します。変更届の受付期限は前々月末日までとなっております。よろしくお願致します。

小切手の受取人会社名について

小切手の受取人会社名（宛名）は、略式名称または正式名称のどちらをご記入頂いても結構です。なお、授業料の請求書には正式名称の宛名が明記されています。

略式名称：**Lighthouse**

正式名称：**Lighthouse Japanese Language
& Tutorial System Pte Ltd**

行事予定

3 月期：3/3(火)～3/30(月)【4 週間】

4 月期：3/31(火)～5/4(月)【5 週間】

※ 3/14(土)～4/11(土)：【春期講習期間】



お問い合わせは
TEL: 6235-4471
FAX: 6734-2351

