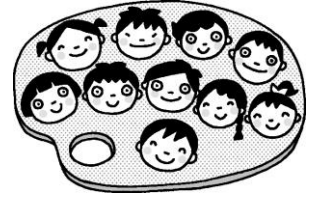


ほけんだより

令和 2年 5月 21 日
郡山東中学校保健室

やっと会えたね

長い期間外出できない日が続き、大変でしたね。
先日から段階をおっての登校日が始まり、学校再開に一步近づきました。
久しぶりに友達の顔に、思わずうれしい悲鳴を上げてしまった人もいましたね。
でも、まだまだ油断は禁物です。これから学校が順調に再開されるためには、「かからない」、「うつさない」ことが一番大切なのです。



学校で必ずすること

朝、いつもより熱が高いときや、風邪症状があるときは無理をせず休みましょう。風邪薬や痛み止めを服用して登校しないでください。



◎登校前の検温・健康チェック・マスク着用忘れずに

※図・資料：厚生労働省・経済産業省 HP より



手洗い

～教室が自分の部屋だと思って～

- ・登校後、教室に入る前に手を洗う。
- ・トイレの後に手を洗う。
- ・体育の後に手を洗う。
- ・くしゃみや咳をした後は手を洗う。



密集回避

- ・授業では席は間隔を空ける。
- ・トイレの手洗い場にとどまらない。
- ・廊下の通行は譲り合って。



密接回避

- ・話すときは距離をとる。
- ・廊下の移動は静かに間隔をあけて。
- ・ハイタッチ、握手はしばらく我慢しよう。



密閉回避

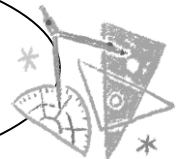
- ・常に窓を開ける。
- ・休み時間は出入り口も開ける。
- ・特別教室から戻った時も忘れず窓を開けよう。



手洗いをする機会が増えています。
大き目のタオル、ハンカチを持ってきてね！

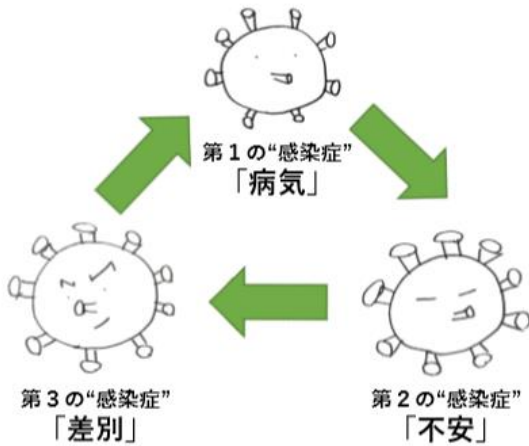
保健室の利用は職員室の先生か授業の先生に連絡をしてから。付き添いの人は保健室に入れません。

ハンカチ・タオル、教科書、文房具などの貸し借り、ほかの人の座席を使用しないようにしましょう。



※発熱や風邪症状の人で、早退する人は保健室以外の別室で待機してもらうことがあります。

新型コロナウイルスの 3つの顔を知ろう！



第1の“感染症”は「病気そのもの」
感染すると、風邪症状や重症化して肺炎を
引き起こすことがわかっています。

第2の“感染症”は「不安」と「恐れ」
このウイルスは目に見えず、ワクチンや薬も
まだ開発されていません。
わからないことが多いため、私たちは不安や
恐れを感じ、知らず知らずにふりまわされて
いることがあります。

第3の“感染症”は「^{へんけん}偏見」や「差別」

「あの人、咳してる。コロナなんじゃない？」

「あの地域はコロナが^{はや}流行ってるからあそこのものは買うのをやめよう。」

こんな風に考えることや行動が「偏見」「差別」につながります。そして、

「熱があるけど、怖いから言えない。だまっていよう。」

こんな風に考える人が出て、感染が広まってしまいます。



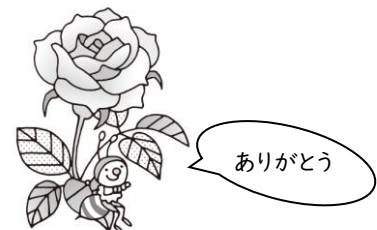
第2、第3の“感染症”に振り回されないために

①冷静になり、確かな情報を得ましょう。

②差別的な言動に同調しないようにしましょう。

③それぞれの立場で感染拡大しないように頑張っておられるすべての方々に感謝と

敬意をあらわしましょう。



3つの感染症をみんなで乗り越えよう！