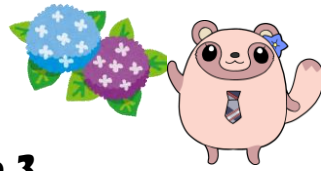


健やか駒女 だより



令和2年 6月 11日(木)
駒沢学園女子中学・高等学校
保健室

No.3

6月1日より学校再開しました。みなさんにお会いでき、とても嬉しく思います。さて、学校再開して1週間が経ちますが、体調はいかがでしょう？無理をせず、熱中症に気を付けながら登校してほしいと思います。また、石けんで手洗いをこまめに行い、感染対策をしていきましょう！

トピック1 朝の検温（健康観察）ひき続きよろしくお願ひします

駒女のHPにて[新型コロナウイルス感染症予防対策ガイドライン](#)が記載されています。もう見ていただけましたか？感染症対策や保健室での対応、登校、早退、欠席について記載していますので、ご確認をお願いします。

新型コロナウイルス感染症予防対策ガイドラインの文字をタップすると、ガイドラインに飛べます！



朝の登校前チェック



- 発熱・微熱はないか
- 風邪症状はないか(下に詳細あり)
- マスクは着用したか(マスクの作り方は5月号を参考に)
- ハンカチ、ティッシュ、マスクを入れる袋は持ったか
- 飲み物は多めに持ったか
- 健康観察表は記入して持ったか
- 飲食物等を持ち帰られる袋を持ったか。



こんな症状があったら

★発熱・微熱

★風邪症状 (咳、鼻水、のどの痛み、頭痛、関節痛、下痢、だるさ、嘔吐、吐き気、におい、味がしないなど)



学校に連絡し、自宅療養してください

学校を欠席した場合の登校基準

※提出書類は、HP→保護者の方へ→“学校感染症に関する提出書類”よりダウンロードできます。

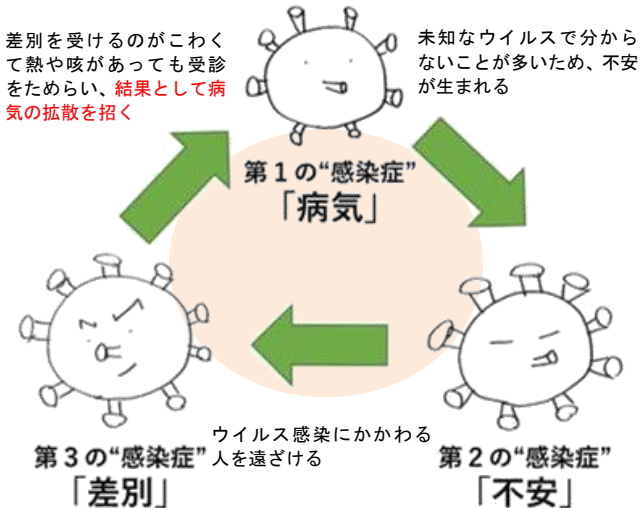
体調不良、風邪、発熱 欠席	症状が回復した日の翌々日まで					新型コロナウイルス感染症に伴う欠席届
	風邪症状や発熱	症状回復日	回復後1日目	回復後2日目	回復後登校	
登校後学校において発熱・風邪症状で早退			自宅休養	自宅休養	登校可能	
同居家族の体調不良欠席	同居家族の体調が回復するまで					
生徒、同居家族が濃厚接触者と認定された場合	感染者と接触した日から2週間					
新型コロナウイルス感染症に感染	治癒するまで					登校許可書

また、何か症状等で心配事がありましたら学校へ連絡をお願いします



新型コロナウイルスによる感染症は、世界中で感染の拡大が続いている状況です。 日本赤十字社 HP より引用
 この感染症は、“3つの顔”を持っており、これらが“負のスパイラル”としてつながることで、更なる感染の拡大につながっています。

負のスパイラルで「感染症」が広がる



第1の感染症は「病気そのもの」

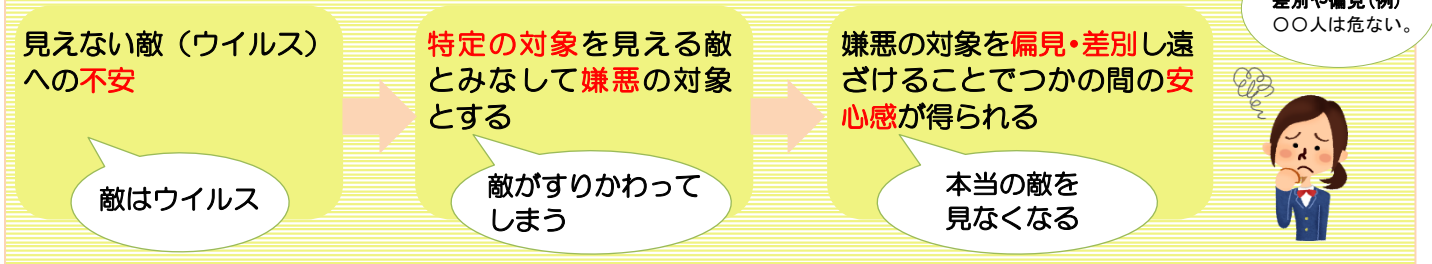
第2の感染症は「不安と恐れ」

このウイルスは見えません。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、私たちは強い不安や恐れを感じ、ふりまわされてしまうことがあります。それらは私たちの心の中でふくらみ、気づく力・聴く力・自分を支える力を弱め、瞬く間に人から人へ伝染していきます。

第3の感染症は「嫌悪・偏見・差別」

不安や恐れは人間の生き延びようとする本能を刺激します。そして、ウイルス感染にかかわる人や対象を遠ざけたり、差別するなど、人と人との信頼関係や社会のつながりが壊されてしまいます。

なぜ「嫌悪・偏見・差別」が生まれるのか



この感染症の怖さは、病気が不安を呼び、不安が差別を呼び、差別がさらなる病気の拡散につながる

第1の感染症を防ぐために

- 手洗い
- 咳エチケット (マスクをつける)
- 人ごみを避ける

● 聴く力を高める

- ・ウイルスに関する悪い情報ばかりに目が向いていませんか。
- ・趣味の時間や親しい人との交流の時間が減っていませんか
- ・生活習慣が乱れていませんか。

第2の感染症を防ぐために

● 気づく力を高める

- ・今の状況を整理してみる
- ・自分自身を色々な角度から観察してみる (考え方・気持ち・ふるまい等)

● 自分を支える力を高める

- ・ウイルスに関する情報から、距離を置く時間を作る
- ・いつもの生活習慣やペースを保つ
- ・心地よい環境を整える
- ・今自分ができていることを認める
- ・今の状況だからこそ、できることに取り組んでみる
- ・安心できる相手とつながる

第3の感染症を防ぐために

不安をあおることは病気に対する偏見や差別を強めます

- ・確かな情報を拡めましょう
- ・差別的な言動に同調しないようにしましょう

