



# 時計塔

光が丘第八小学校PTA  
(時計塔の会)  
広報誌WEB版 第7号  
2020(令和2)年7月  
編集 広報委員会

## 「保健の先生・カウンセラーの先生にコロナについて聞いてみよう」

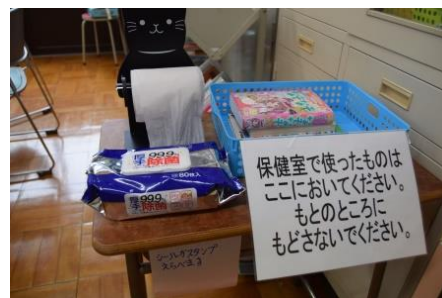
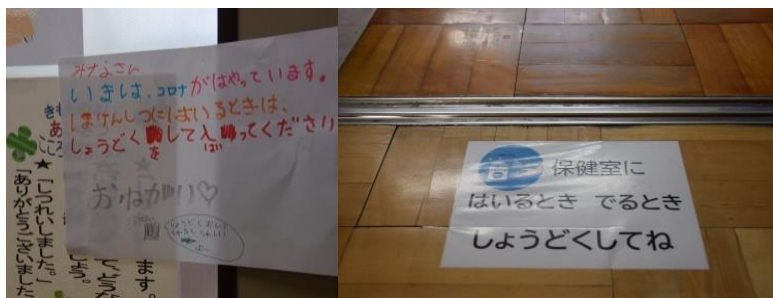
この春から私たちの心を占める新型コロナウイルスの問題。  
「どのように付き合えば良いの?」「子供たちの心のケアは?」「保健室はどうなってるの?」  
気になる疑問を、保健の先生とカウンセラーの先生に伺ってみました。  
先生方、お忙しい中、貴重なお時間を頂戴し有難うございました!

\*コロナ対策された学校の日常・授業風景は、校長先生の「学校日記」にて!  
とてもきめ細やかな素晴らしい内容で、毎日の更新が楽しみになります。  
HPトップ→学校日記から是非ご覧くださいね。

### 保健の先生

Q1:もし、学校に感染者が出たらどうなりますか?  
A1:保健所の指示を待ち、それに沿って対応します。

Q2:学校のコロナ対策について教えてください。  
A2:教員が教室を児童下校後に、毎日消毒しています。  
また、4人の用務主事さんたちも丁寧に1日2回、共同利用の場所を消毒して下さっています。  
本当に感謝しております!  
手洗いの徹底・マスクの着用など新しい生活のスタイルを子供たちも頑張っています。  
ご家庭でも、毎日の検温など健康観察を続けて下さり、有難うございます。



Q3:夏場のコロナ対策と熱中症対策はどうなっているのでしょうか?  
A3:コロナ対策(マスクや換気)と熱中症対策は相反することが多いので悩ましいですが・・・、  
その場に応じた対応を選び行っています。  
冷房の設定温度を低く設定し、窓を数センチ開けて換気をしております。  
体育の授業・中休み・昼休みはマスクを外しますが、  
近い距離でのおしゃべりはしないように心掛けてもらっています。

熱中症警戒アラート受信後は、涼しい部屋に誘導するなど対応します。  
ご家庭から持たせていただく水筒・首に巻いて冷やすタオル・帽子なども熱中症に有効ですね。

Q4:保健室登校の子供たちと、体調不良になった子供たちの部屋割りはどうなっているのでしょうか？

A4:保健室と会議室に分けています。

具体的には、保健室に保健室登校の子供たちと、怪我などのコロナとは思えない子供たちが滞在し、会議室のベッドに、発熱などコロナの可能性も否定できない体調不良の子が休みます。

会議室は透明ビニールシートで区切り、ベビーモニターを設置し、寝ている子供の様子を確認しています。モニター越しに会話もできます。

学校玄関から会議室まで、短い距離なのも利点ですね。

保護者の方がお迎えに来られた際、短い滞在時間で連れて帰って頂けます。



Q5:メッセージをお願いします。

A5:学校が再開して1カ月半が経ちました。

全国では小学生や中学生の罹患者も出てきていますね。

エビデンス（研究の結果これが良いとされる治療法・対応策）が今後示されていくと思います。

そのエビデンスに沿い、区から「学校でのコロナウイルス対応」について方針が出されるでしょう。

対応がこれまでと変化するかもしれません。

新方針に合わせ、光八小での対応をしっかり行っていきたいと思います。

ウイルスがどこにあるかはわかりません。

誰が罹患してもおかしくない状況です。

できる限りの予防対策を行っていても、かかることはあります。

感染した人への差別、いじめがないようにお願いしたいです。

冷静な対応を心掛け、光八小の温かな人のつながりで乗り越えていきたいですね！



用務主事のみなさん、先生方の毎日の消毒作業。

本当に有難いですね！

また、コロナの可能性が出てしまった子どもたちへの対応のきめ細やかさにも安心させてもらいました。

## スクールカウンセラーの先生

Q1:先生のお仕事を教えてください。

A1:児童の心のケアです。安心してのびのび過ごせるように相談に乗ります。

保護者の方からの相談も受け付けます。

Q2:ストレスの多いwithコロナの夏休み、子供たちはどう過ごしたら良いのでしょうか？

A2:実はストレスというのは、どんな日常でも発生する「刺激への反応」の様なものなのです。

『規則正しい生活を送ること』で、ストレスは自然に消えていきます。

具体的には『睡眠・食事・適度な運動・笑う・好きなことをする』を大切に過ごしてくださいね。

深い呼吸を意識するのもおすすめですよ。

息を『吐く』ことでストレスも一緒に出ていくイメージですね。

Q3:親は子供にどうコロナのことを伝えるべきでしょう？

A3:「正しく怖がる」ことが大事です。

根拠もなく「大丈夫!」とごまかすのではなく、

「怖いね、気を付けないといけないね。」と正直に不安や、まだ全容がわからない怖さを認めましょう。

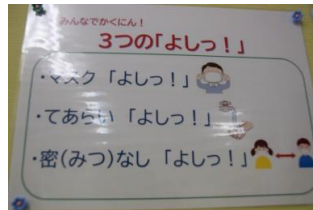
正しい情報を隠すことなく、子供と共有すると良いでしょう。

(テレビの映像などが刺激的過ぎるときは、子供たちの様子に応じて控えてあげてくださいね。)

その上で、

「でも、やるべきこと(手洗い・マスク・消毒など)はしっかりやっているよね。だから大丈夫だね。」

と安心させてあげてくださいね。



Q4:もし仮に『自分が、または身の回りの人が感染したかもしれない状態』になったら・・・

どんな気持ちでいたらよいでしょう？

A4:まず大切なのは責めないこと

①本人のせいではない。

②うつした他人のせいでもない。

そして

③スティグマ(差別的なレッテル)を貼らないこと。

\*スティグマの詳細な説明はWHOの出すこちらのPDFでも。

[https://extranet.who.int/kobe\\_centre/sites/default/files/pdf/20200224\\_JA\\_Stigma\\_IFRC\\_UNICEF\\_WHO.pdf](https://extranet.who.int/kobe_centre/sites/default/files/pdf/20200224_JA_Stigma_IFRC_UNICEF_WHO.pdf)

例) ~クラスに体調不良になってしまったお友達がいる場合~

だげさに怯えたり、逆に根拠なく「大丈夫!」とごまかさず、

「この時期ちょっと不安になっちゃうかな。」と正直に不安を受け止める。

でも、「手洗いなどやるべきことはやっているから、大丈夫だよ。」と安心させてあげる。

そして、「そのお友達は今どんな気持ちだろうね?その子が一番辛いんだよ。」

と相手の気持ちを考えさせてあげる。



だれでもなり得る新型コロナウイルス感染症。

しかし「マスク・手洗い・消毒」という有効な予防法もあります。

正しく知って正しく怖がり、予防に努めましょう。

もしかかってもその人を責めるのではなく、元気になったら温かく迎えてあげる・・・

そんな光が丘第八小学校でありたいですね。

最後に・・・

今、一生懸命頑張っている子供たち・教職員の方々・保護者の私たち。

もしかしたら疲れがポツと秋口などに出てくることもあるかもしれません。

そんな時には、優しい雰囲気のスクールカウンセラーの先生にお話を聞いていただいたら、

きっと心が軽くなると思います。

また、今号ではお取り上げできませんでしたが、

「こころのふれあい相談員さん」にも、子供たちは相談することができます!

ご予約の上、どうぞお気軽にお話しに来てくださいね。

最後までお読みくださり有難うございました。

今号への感想・今後取り上げてほしいテーマなどございましたら、

お気軽にこちらのメールアドレスまでお知らせください。

お待ちしております!

[tokeito2020@googlegroups.com](mailto:tokeito2020@googlegroups.com)