

# 保健だより ~5月号~

令和2年5月8日(金)  
練馬東中学校 保健室

## 新型コロナウイルス対策

# 【面談日に登校する際の注意点！】

5月に入りました。みなさんの体調はいかがですか？

緊急事態宣言が延長され、改めて練馬区の小中学校も5月31日までの休校が発表されたところです。面談日に登校するには以下の点に注意してください。

- マスクを着用してください。(色、柄、素材などは自由です)
- ハンカチやタオルを持参し手洗いの際は自分のものを使用してください。
- 健康カードを持参してください。
- できるだけ友人と一緒に登校することは避けてください。下校時など、やむを得ず友人と会った場合は、社会的距離(1-2メートル)を空けるようにしてください。

更に、以下に当てはまる人は無理に登校せず、自宅で様子を見てください。また、欠席する際には必ず学校に連絡を入れるようにしてください。

★面談日当日に本人または家族内に発熱、風邪症状などがある。

★面談日前2週間以内に、本人または家族内に発熱や風邪のような症状があった。

気になることがありましたら学校にお問い合わせください！



# 新型コロナウイルス3つの顔

日本赤十字社新型コロナウイルス対策本部が出した「新型コロナウイルスの3つの顔」というものを知っていますか？世界中で広がるこの感染症の恐ろしいところは、病気そのものだけではなく、感染症に心までも蝕まれないために、自分でできることは。

## ●第1の“感染症”→病気そのもの

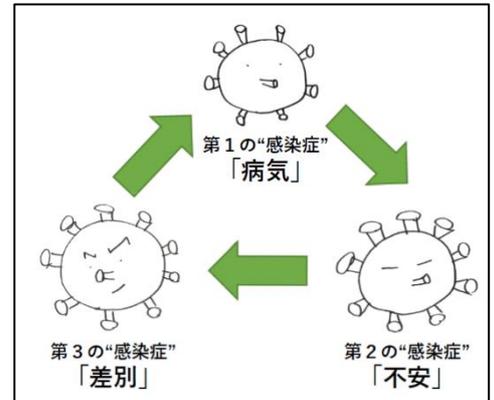
- ・分かっていることは感染者との接触でうつる。
- ・感染すると風邪症状や重症化して肺炎を引き起こす。

## ●第2の“感染症”→不安と恐れ

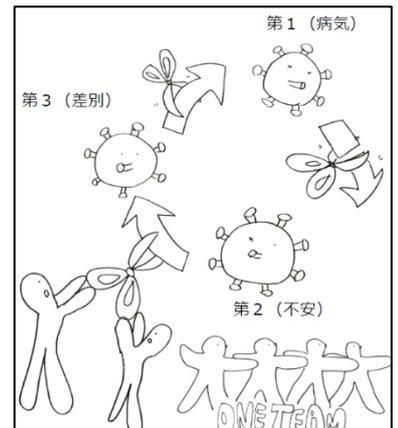
- ・見えないウイルスに対しての不安。特効薬の開発も途上。
- ・不安は「気づく力・聴く力・自分を支える力」を弱める。

## ●第3の“感染症”→嫌悪・偏見・差別

- ・不安や恐れは生き延びようとする本能を刺激。  
→ウイルスに関わる人や対象を遠ざけたり差別する。



この“感染症”の怖さは、病気が不安を呼び、不安が差別を生み、差別が更なる病気の拡散につながってしまう。



## 私たちが“感染症”から身を守るために工夫できることは？

○第1の“感染症”「病気そのものを防ぐために」

**「手洗い・咳エチケット・人混みを避ける」**

○第2の“感染症”「不安と恐れ」

**「気づく力・聴く力・自分を防ぐ力を高める」**

○第3の“感染症”「嫌悪・偏見・差別」

**「確かな情報を、知り、拡める」「差別的な言動に同調しないようにする」**

出典：日本赤十字社新型コロナウイルス感染症対策本部

# 健康診断について

現在までに予定されていた健康診断は引き続き、延期になっています。学校が再開し次第、新たな予定をお知らせします。もうしばらくお待ちください。

## 【健康診断の項目】

- ・内科検診（結核検診含む）
- ・眼科検診
- ・耳鼻科検診
- ・歯科検診
- ・身体計測
- ・尿検査
- ・心臓病検診（1年生）

