

保 健 だ よ り

令和2年4月15日（水）練馬区立石神井南中学校 保健室NO. 1

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、緊急事態宣言が発令され、休業期間が延長となりました。子どもたちの休業期間中の健康管理のため、健康観察表を配付しています。毎朝検温を行い、自分の体調を確認し、1日1日を過ごしましょう。

☆感染を防ぐためには、

換気の悪い密閉空間 **多くの人の密集** **近い距離での会話**

の【 3つの条件が同時に重なった場所 】を避けることが最も大切です。その点を意識しながら、休業中の学習や適度な運動をすすめていきましょう。



《 子どもの新型コロナウイルス感染症について 》

◇症状は？

成人と比べて限られた情報しかありませんが、一般には成人より軽症のことが多いとの報告が複数あります。感染しても無症状のこともあります。症状は一般的な風邪症状（発熱、乾いた咳、だるさ）とほぼ同じです。鼻水や鼻づまりは比較的少ない傾向です。血液検査でも明らかな特徴はありません。ほとんどが1～2週間で改善し、重症化したという報告はまれですが、成人と同様に感染1週間後から症状が重くなる可能性も指摘されています。

◇^{きそしっかん}基礎疾患がある場合は？

^{ぜんそく}喘息や生まれつきの^{きそしっかん}基礎疾患があるお子さんは、従来の普通の風邪でも症状が重くなる傾向があり、新型コロナウイルスでも同様の可能性があります。患者によりリスクや対応は異なるため、不安な点は主治医と相談をしてください。



◇^{まんせいしっかん}慢性疾患を治療中の場合は？

定期的な内服や診察が必要な病気も少なくありませんので、定期受診は大切です。一方で病状が安定していれば、主治医と相談し、処方薬や物品を調整し受診間隔を延ばしたり、家族だけの受診が可能なこともあります。ご相談ください。

情報は公的機関のものを

新しい感染症のため、情報は随時変わっていく可能性があります。また、不安などからデマなど不確かな情報が出回ることも少なくありません。確かな情報を得るために、公的機関のものをご確認ください。

参考 ● 厚生労働省「国民の皆様へ(新型コロナウイルス感染症)」
「新型コロナウイルスに関するQ&A」

● 日本小児科学会「新型コロナウイルス感染症に関するQ&A」等



新型コロナウイルス感染症対策のもとで子どもたちを支えるために

※米國小児科学会の声明より

…… 保護者や周りの大人が子どもに取るべき態度 ……

感染症への不安
に対して



医療従事者や研究者など、世界中のみなさんが研究や治療を頑張っているから大丈夫だよ、と安心させてあげてください。子どもはストレスをうまく言葉で表現できず、腹痛や頭痛、食欲不振、不機嫌など、体の症状の一部として表出することがあります。不安に対する聞き役になってあげてください。できるだけいつものルーティーンワークを守ってください。

差別のきっかけ
を作らない

「回復すればうつらないよ」
「はやくよくなるといいね」

感染症は差別が広まるきっかけとなります。人種は関係ないこと、感染している人や入院している人は辛い思いをしていることを教えてあげてください。子どもの前で彼らへの共感や支援を言葉にしてあげてください。周りに新型コロナウイルス感染症にかかった子がいる場合、回復して登校が許可されていれば、周りへの感染はありません。彼らへの差別が生まれないように支えてあげてください。子どもは保護者や周りの大人の姿勢を見て学びます。

練馬区の教育相談窓口のご案内

《 来室、電話相談窓口 》

- | | |
|-----------------------------|-----------------|
| ・学校教育支援センター教育相談室（光が丘駅徒歩10分） | 電話 03-5998-0091 |
| ・学校教育支援センター練馬（練馬駅徒歩5分） | 電話 03-3991-3666 |
| ・学校教育支援センター関（武蔵関駅徒歩5分） | 電話 03-3928-7200 |
| ・学校教育支援センター大泉（大泉学園駅徒歩5分） | 電話 03-6385-4681 |

《 メールによるご相談 》

区のホームページ「学校休業中の子供たちの安心・安全を高めるために」で検索いただいたサイトの「教育相談メールフォーム」からご相談ください。



参考文献・日本小児科学会「小児の新型コロナウイルス感染症患者の臨床的な特徴」

- ・日本小児科学会「新型コロナウイルス感染症に関するQ&A」
- ・American Academy of Pediatrics（米國小児科学会）Web サイト：「2019 Novel Coronavirus(COVID-19)」