

ほけんだより 2月

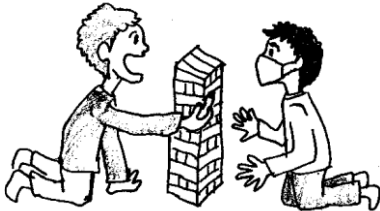
令和4年2月9日発行 小平市立小平第十四小学校 保健室 釜島 理恵

新型コロナウイルス感染を広げないために・・・

下の絵は、感染予防をしようとしているけど少し間違っているようです。

どこが間違いかわかるかな？

- ①自分の家で遊ぶとき、遊びに来た友達にはマスクをしてもらう。



友達と家の中で遊んで良いかはまずおうちの人に確認します。

家の中で遊ぶときは全員マスクをして、窓を開けて遊びましょう。手洗いも忘れずに。

- ②熱が出た日は休んだけど、次の日は元気になったので学校に行った。



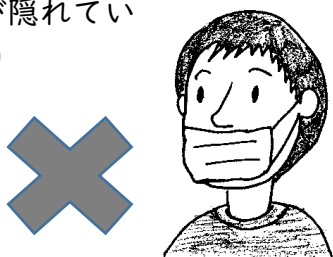
熱が下がってもウイルスが体から出ていることがあります。お医者さんにどのくらい休んでから登校すればよいか確認しましょう。

- ③水道の水はつめたいので、手洗いはせずにアルコールスプレーをすればよい。



手に汚れがたくさんついているとアルコールの消毒効果が落ちてしまいます。水道とハンドソープがあるときは、手洗いをしましょう。

- ④マスクは口が隠れていればオッケー



マスクは鼻と口がしっかりかくれるようにつけましょう。不織布マスクがおすすめです。

リフレーミング!

短所も見方を変えれば長所です

泣き虫…



▶▶▶ 感情が豊か!

飽きっぽい…



▶▶▶ 好奇心旺盛!

おしゃべり…



▶▶▶ 性格が明るい!

おとなしい…



▶▶▶ 謙虚でやさしい!

<おうちの方へ>

市内の新型コロナウイルス感染状況が心配される状況になってきました。児童の感染から高齢者や基礎疾患がある方に感染が広がってしまうことを防ぎたいと思います。学校医からの助言なども参考にさせていただき、感染拡大防止にご協力お願いいたします。

学校医からの助言

- 濃厚接触者の定義に当てはまらなくても感染してしまう事例がみられる。
- 医療機関によっては発熱や風邪症状の診察に制限があることがある。また、資材が不足しているため、検査も抗原検査のみ可能となることがある。(検査をしないこともある。)
- 抗原検査では検査のタイミングによっては感染していても結果が陰性となることがある。
- お子さんが発熱したら、「新型コロナウイルス感染の可能性がある」と考えて行動していただくことが必要と考えられる。

学校からのお願い

○児童が発熱した際には医療機関を受診し、検査結果にかかわらず「いつまで登校を控えることが適切か」について指示をもらってください。特に指示がない場合も最低限児童および家族が回復し、症状が全くない状態で丸1日経過してから再登校するようにお願いいたします。

○かかりつけの医療機関が、発熱のお子さんの受診についてどのように対応しているかを事前にホームページなどで調べておくことをお勧めします。発症時は必ずお電話等で予約してから受診するようにしてください。

○胃腸炎も流行しています。発熱がなくても、元気がない場合は登校を控えてください。

ネットとリアルの境界線

いまや生活に欠かせないインターネット。知りたい情報がすぐに検索でき、非常に便利です。しかし、その一方で「ネットで調べたら書いてあった」「SNSでそう教わった」など、ネット上で得た情報・知識を安易に信用し、行動に反映させる傾向がみられます。こうした情報には、誤解に基づいたものやウソも存在します。本で調べる、よく知る人から聞く、実際に体験して学ぶ—こうしたこととの『線引き』という考え方も大切です。