

保健安全だより

兵庫県立川西北陵高等学校

令和4年2月8日

発行：保健室

NO.10



新型コロナウイルスが再び急拡大しています。今回のオミクロン株は10代の感染が急増しています。一刻も早くコロナ収束を迎えるためには、みなさん一人ひとりが徹底して感染防止対策に取り組み、感染者数を減らしていくことが何よりも大切です。見えないウイルスと闘い続けていくことや、日々状況が変化し先が見えないことに対して、不安な気持ちもあると思いますが、前向きな気持ちで2022年を過ごしてみてください。

学校内での感染防止対策

●一人ひとりが「うつらない」「うつさない」の自覚と責任をもって感染対策していきましょう

○換気○

- ・教室の換気扇は常に回し、前後のドアの上の天窓を開けておきましょう。
- ・休み時間にはドアや窓を全開にして、しっかり換気しましょう。
(寒い季節なので、防寒着、ひざかけ等を使用して体を冷やさないように対策しましょう。)

○マスクの着用○

- ・登下校中もマスクを着用しましょう。
(※周囲の人との距離が十分にとれていて、息が上がって苦しさを感じる場合などは適宜マスクをはずす。)
- ・昼食時は黙食を行い、食べる時以外はマスクを着用しましょう。
(※特に昼食時は感染リスクが高いため、飛沫を飛ばさないように注意しましょう。)

○毎日の健康観察○

- ・毎朝検温し、体調確認をしましょう。各教室にも体温計を置いています。
(発熱等の体調不良の場合は、登校を控え、医療機関を受診してください。)

○こまめな手洗い・消毒○

- ・校舎に入るとき、共有の物(掃除用具等)を使った後、食事前、トイレ後など丁寧に手を洗い、手指消毒をしましょう。
- ・消毒は各部活動の場所、教室、玄関にも置いています。

【保護者の方へ】

生徒に発熱など風邪症状がありましたら、医療機関を受診し、PCR等の検査の受検をお願いします。その際必ず学校にご連絡ください。

保健所から濃厚接触者に指定された場合などについても必ずご連絡ください。
また、いつから登校できるのか確認し、学校までご連絡ください。

状況把握のため、よろしくをお願いします。

新型コロナウイルスの3つの顔

“感染症”の怖さは、病気が不安を呼び、不安が差別を生み、差別がさらなる病気の拡散につながることで

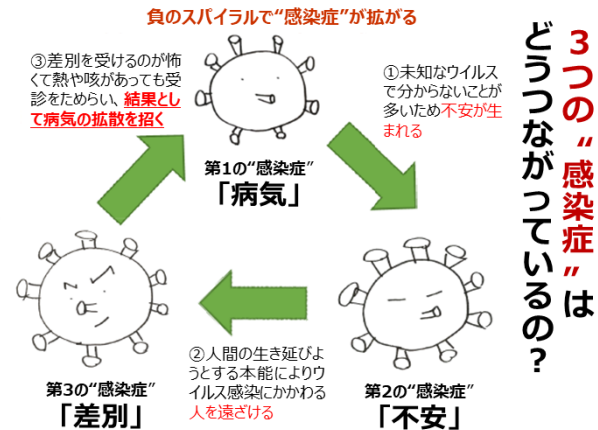
【1.病気そのもの】

【2.不安と恐れ】

わからないことが多いため、強い不安や恐れを感じ、振り回されてしまうことがあります。

【3.嫌悪・偏見・差別】

不安や恐れから、ウイルス感染に関わる人や対象を日常生活から遠ざけたり差別したりするなど、人と人との信頼関係や社会のつながりが壊れてしまいます。



感染症の負のスパイラルを断ち切るために

【1.病気そのもの】を防ぐため

- ・基本的な感染症対策の徹底

【2.不安と恐れ】を防ぐため

- ・気づく力を高める …考え方、気持ち、ふるまいなどいろいろな角度から観察すること
- ・聴く力を高める …ウイルス・感染症に関する情報の取捨選択、今までの交流関係を大切にすること
- ・自分を支える力を高める …いつもの生活習慣やペースを保つこと、今自分に出来ることを考えること

【3.嫌悪・偏見・差別】を防ぐため

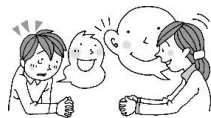
- ・確かな情報を広めること
- ・差別的な言動に同調しないこと

キャンパスカウンセラー来校日

心に不調が出ている人はいませんか？上手にカウンセリングを活用し、気持ちをリラックスさせ、溜まったモヤモヤやストレスを吐き出してみてください。

カウンセリングを受けたい人、興味がある人は、担任の先生か保健室まで気軽にお問い合わせください。

(※保護者の方も受けることができます。)



2月10日(木) 17日(木)

3月3日(木) 7日(月) 22日(火)

女子トイレに生理用品を設置しました

- 何らかの理由で生理用品を持ってくることができない
- 急に始まってしまって使う必要がある
- 生理用品を教室から持ち出しにくい など、困ったときに使ってよいものです。

必要な人は保健室からも配布します。いつでも取りに来てください。

*保健室に新しい物を返す必要はありません。

