



新型コロナウイルス (COVID-19) の感染拡大防止のために休校延長措置がとられていますが、皆さん元気でしょうか？特に新入生の皆さん、顔合わせもまだですが、どう過ごしていますか。緊急事態宣言があり不要不急の外出自粛が求められている中、先が見えず、部屋でじっとしているばかりで身体も動かさず、気持ちもスッキリしない・・・なんてことはないですか。この機会に断捨離や部屋の掃除など、家でできることを探してみは？



さて、「コロナ疲れ」なんてことばも聞かれますが、今が踏ん張りどころ！一人ひとりの行動制限が2週間後の状況、そして未来につながっています。一緒に乗り越えていきましょうね。

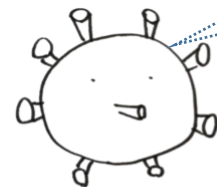
“ 負のスパイラルを断ち切るために ”

テレビでもネットでも COVID-19 関連ニュースが多く取り上げられ、情報があふれていますね。先日、朝の某情報番組で日本赤十字社より出された「新型コロナウイルスの3つの顔を知ろう」という資料が紹介されていました。こんな時だからこそ是非、みんなで考えて、負のスパイラルを断ち切る行動につなげてほしいと思います。この紙面内では全てを紹介できないので、可能な生徒は日本赤十字社のHPをのぞいてみてくださいね。

☺ 感染者との接触でうつる、病気そのもの

③差別を受けるのが怖くて熱や咳があっても受診をためらい、**結果として病気の拡散を招く**

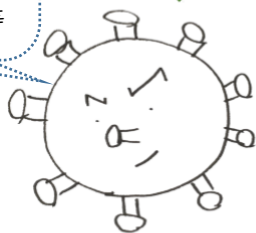
①未知なウイルスでわからないことが多いため**不安**が生まれる



第1の“感染症”
「病気」

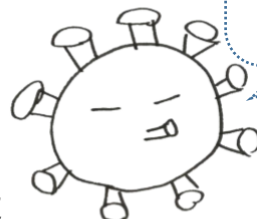
☺ 悪い情報に目が向く
☺ なにかと感染症に結びつけ考えてしまう
☺ 趣味の時間や親しい人との交流が減る 等

☺ ○○人だ、危ない
☺ 医療従事者の子は登園させないで！
☺ 咳をしている人、コロナかも 等



第3の“感染症”
「差別」

②人間の生き延びようとする本能によりウイルス感染にかかわる人を遠ざける



第2の“感染症”
「不安」

☺ 引用
⇒ 日本赤十字社



http://www.jrc.or.jp/activity/saigai/news/200326_006124.html

【 私たちが出来ること 】

- ☺ うつさない ⇒ カゼ症状等があれば外出しない、マスク着用・咳エチケットを徹底する
- ☺ うつらない ⇒ 手洗いの徹底、三密（密閉・密集・密接）を避ける、睡眠や栄養管理を意識する
- ☺ 医療をつぶさない ⇒ 安易な受診で救急医療をつぶさない（気になる症状があれば、かかりつけ医や最寄りの保健所に電話で相談してから、病院へ）

