

# ほけんだより

1月号

大庄中学校保健室  
R3.1.13



コロナ感染者増加の勢いが止まらない中、新たな年がスタートしました。今年は丑（うし）年。大変な農作業を最後まで手伝ってくれる働きぶりから「我慢（耐える）」「これから発展する前触れ（芽が出る）」年になるといわれています。少しでも早くコロナが終息し、穏やかな希望に満ちた年になりますように。今年もよろしくね★

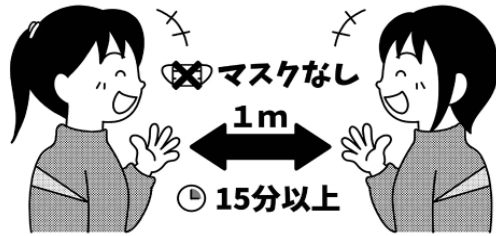
## コロナに関する事・・・正しく知っておいてね



よく耳にする 濃厚接触者っていったい何なの？

濃厚接触者とは【患者がコロナ感染症を疑う症状が出た2日前から、患者と同居していた人、あるいは長時間接触があった、1m程度の近距離でマスクを着用せずに15分以上の会話があった人など】を指し、患者の症状などから保健所が判断をします。濃厚接触者になると、PCR検査をしなければいけません。また、結果が陰性であっても健康観察が必要で、患者との最終接触日の翌日から14日間、その間は自宅療養になります。

それ、濃厚接触です



発症した日の2日前から確認します  
集団生活の中でも  
マスクと距離に注意すれば防ぐことができます



家族がコロナ検査を受けることになった( ˘ ˘) 私は登校できるの？

家族の方が、体調不良で検査を受ける、もしくは誰かの濃厚接触者になり検査を受ける事になったとわかった時点で、学校は休んでください。(出席停止扱い) 検査結果がわかるまで自宅待機になります。家族の陰性がわかれば登校できますが、陽性だと保健所の指示があります。友達と遊んだり、塾へ行ったりせず、結果がでるまで自宅待機をしましょう！



一人ひとりの意識が大切！

## ハンカチ持参が当たり前の習慣に

洗面所の鏡に貼ってるよ

「朝検温・手洗い・マスク」について、何度も呼びかけ、マスク着用はOK、朝検温や手洗いの徹底も後少し・・・困っているのがハンカチ忘れ！です。トイレ掃除担当の先生から床がぬれて困るという声を聞きます。清潔なハンカチは、手を拭くためだけではなく、止血のための道具になるし、何よりも外出するときの必要アイテムですよ。今年は何とか、みんながハンカチをもってくるようにしていきたいです。



## 1月17日は防災の日・・・感染症をどう考える？

新型コロナウイルス感染症流行の中、もし災害が起きたら、どのように行動したらよいのでしょうか？

### ①避難先を事前に検討

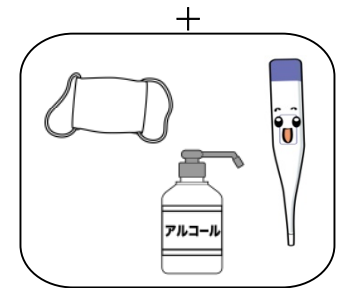
安全な場所にいる人は避難所に行く必要はありません。避難所の過密状態を防ぐため、避難先についても事前に家族で話し合っておこう。

### ②避難をためらわない

コロナを恐れ「避難しない」という選択をしないよう気象情報や市が発令する避難情報を確認し、命を守るために必要な行動をとることを最優先にしよう。

### ③感染予防のためのグッズを持参

・体温計・マスク・アルコール消毒液など、感染症を防ぐために持っていきましょう。マスクがない場合は、鼻と口を覆える大きさのタオルなども代わりに使えます。



## ～ご紹介～



日本赤十字社HPに「ウイルスの次にやってくるもの」という3分ほどのアニメ動画が公開されています。最後に「恐怖は誰の心の中にもいる。だから、励ましあおう、応援しよう。人は団結すれば、恐怖よりも強く賢い。恐怖に振り回されず正しく知り、正しく恐れて、今日私たちにできることを、それぞれの場所で」としめくられています。みなさんも一度みてくださいね。

