令和２年５月１８日

みどり市立笠懸東小学校

No.2

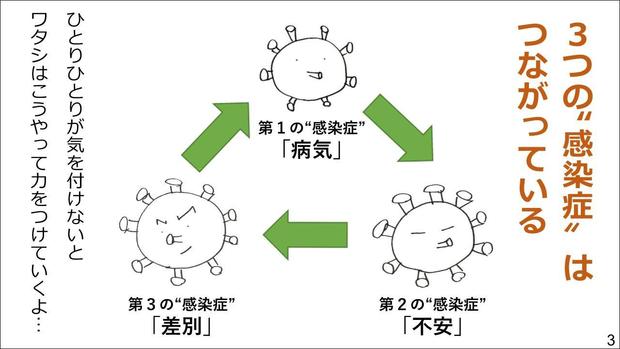
**ほけんだより**



コロナウイルスのにより、りではないことがいています。もになり、にれてきたというもいれば、れがたまっているもいるのではないでしょうか。れをじたら、ひとみを。こんなごですが、みなさんがももやかにごせることをっています。でくみなさんのにいたいです。

　のほけんだよりは、ぜひおうちのといっしょにんでください。

**●コロナウイルスの３つの！？●**

　新型コロナウイルスの恐ろしいところは、『３つの感染症がある』という点だと、日本赤十字社は伝えています。

その３つとは、①病気　②不安　③差別

①病気・・・新型コロナウイルス感染症、そのもののこと。感染すると、風邪症状や重症化して肺炎を引き起こすことがあります。

②不安・・・このウイルスは見えません。ワクチンや薬もまだ開発されていません。わからないことが多いため、不安や恐れを感じ、私たち自身の気づく力・聴く力・自分を支える力を弱め、不安は人から人へと伝染していきます。

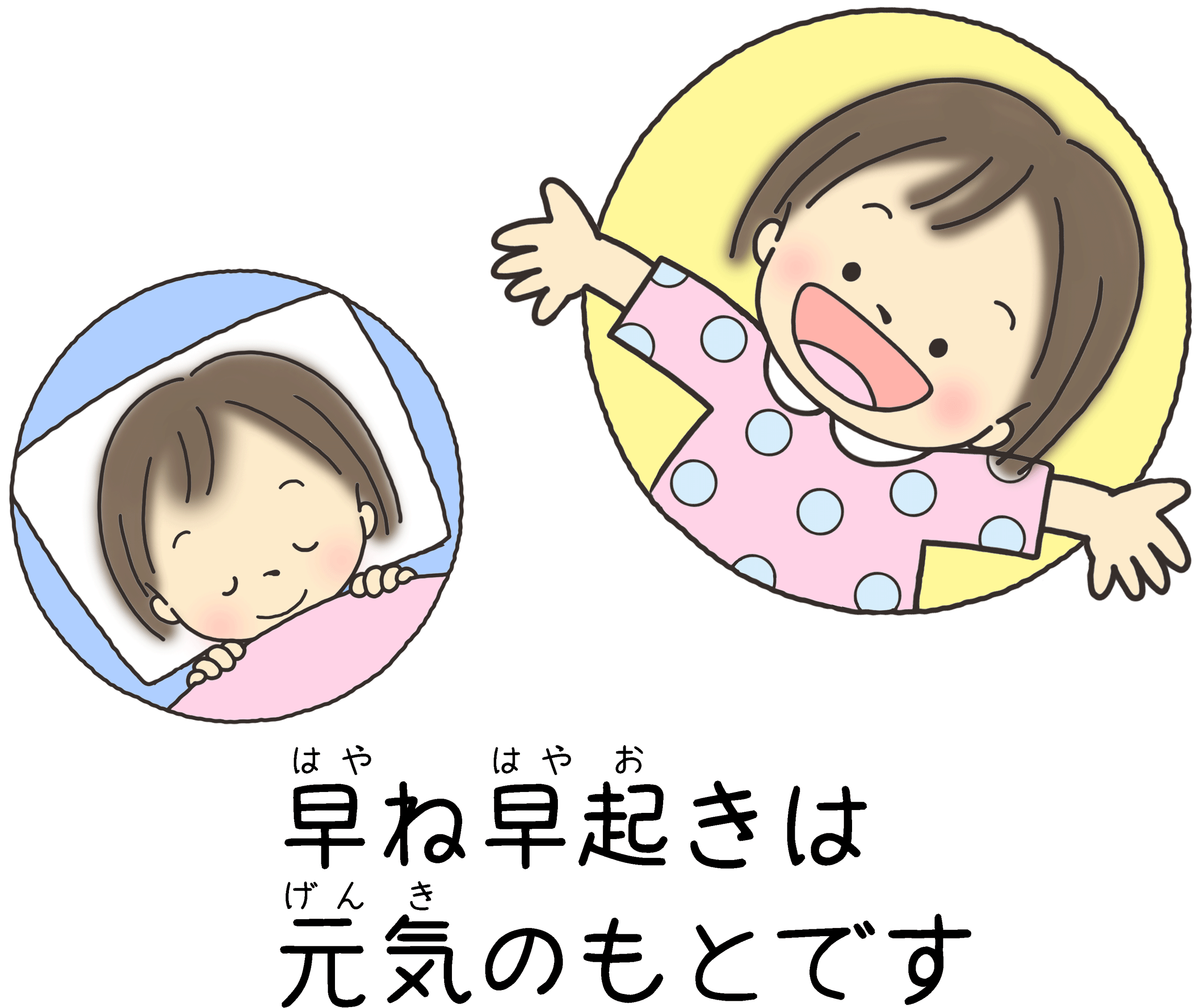
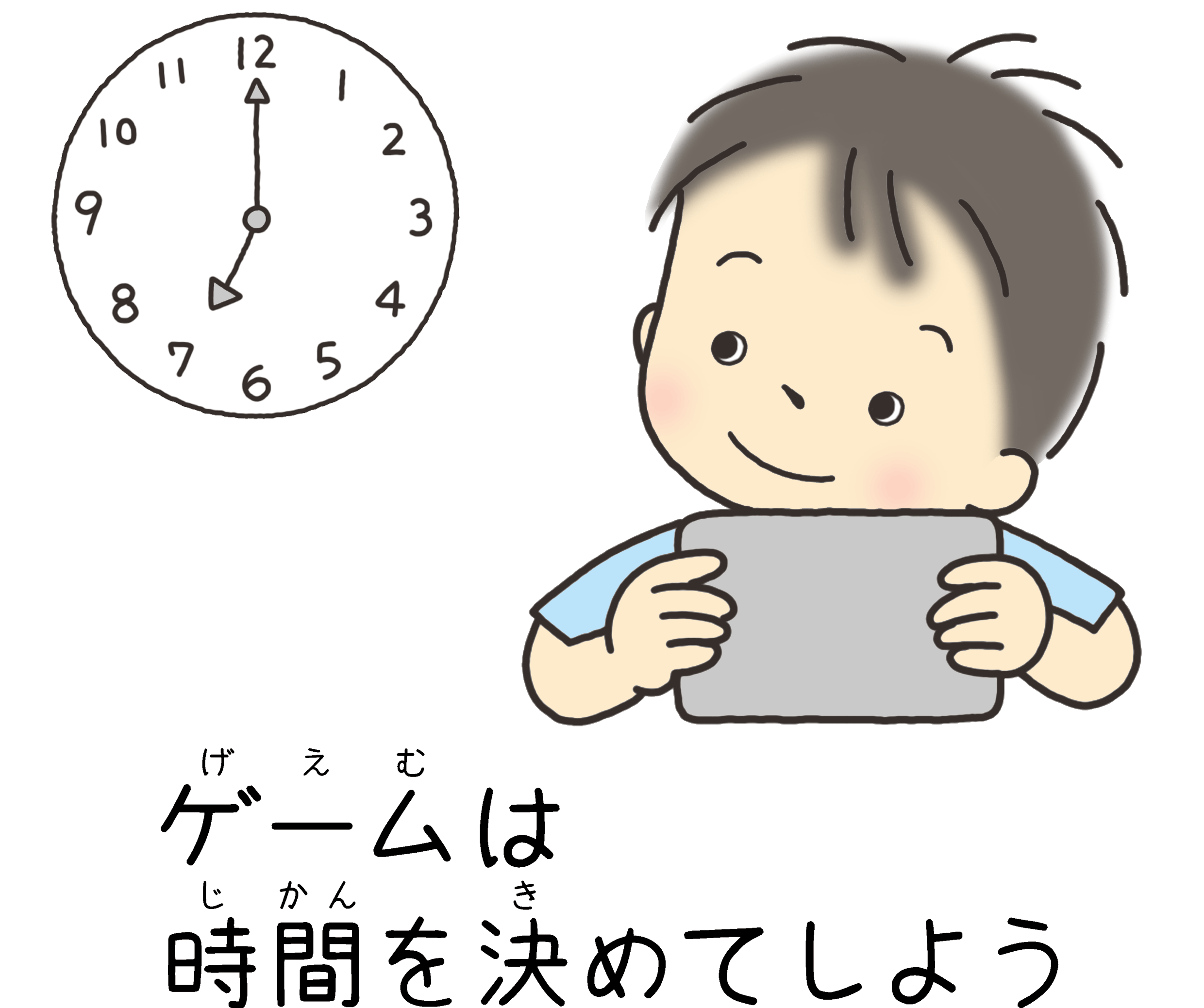
③差別・・・不安や恐れを感じると、人は生き延びようとする本能が強く働きます。そのため、コロナウイルスに関わる人や物、生活を遠ざけ、時に差別・偏見・嫌悪感が強くなり広がっていきます。

『３つの感染症』をふせぐために！！

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ①病気をふせぐ！ | ②不安をふせぐ！ | ③差別をふせぐ！ |
| 手洗い、咳エチケット、３密（密閉・密集・密接）を避ける　など | 気持ちを人に話す、規則正しい生活をする、ニュースと距離をおいてみる、信頼できる人とつながる　など | 正しい情報を知る、差別的な言葉に同調しない、みんなそれそれで感染が拡大しないように頑張っているという気持ちを大切にする　など |

**●ウイルスにけないをつくろう！●**

がき、のでごすことがくなっているといます。のにいることがくなると、リズムがれやすくなり、をるというがちやすくなります。「・き・ごはん」などリズムをえることをがけ、ウィルスなどのにけないをつくりましょう！



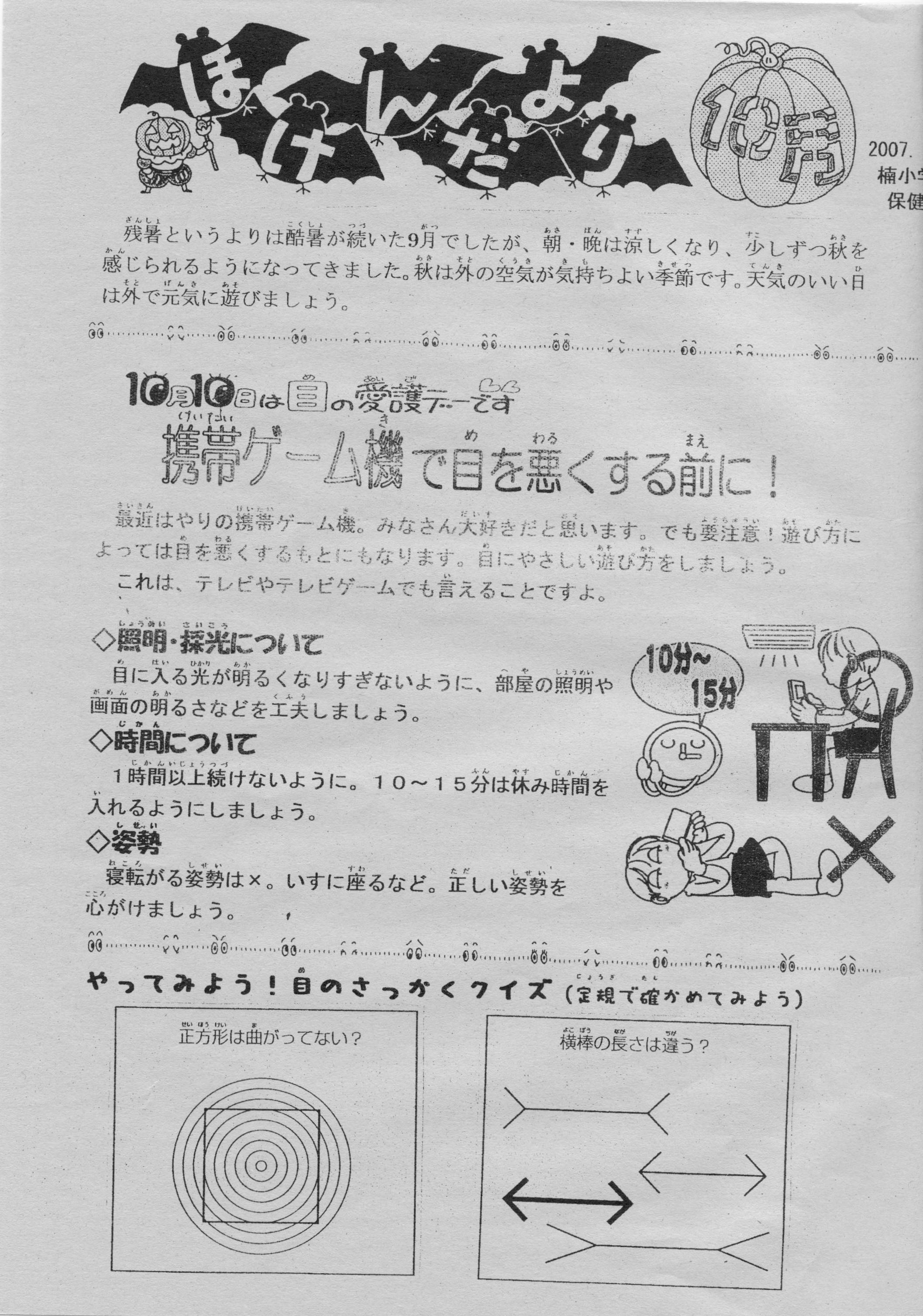
あなたはあてはまる？　のをしてみよう！

□７よりにきた！　　　　□ゲームやテレビはをめてやった！　□おいをした！

□１０よりにた！　　　　（１～２にしましょう）　　　□をした！

□３しっかりべた！

おので過ごすがくなっている、ゲームやテレビ、パソコンなどのメディアのがえてしまいがちです。でも！！びによっては、がくなったり、にをえたりします。ルールをっていましょう。

**◇・について**

　にるがあかるくなりすぎないように、のや

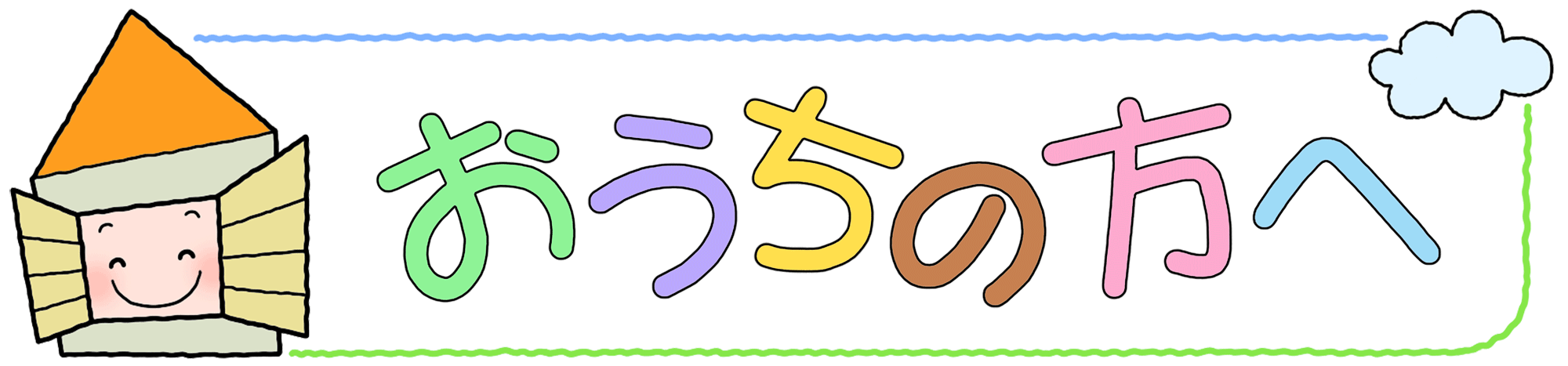
　のるさなどをしましょう。

**◇について**

1けてやらないようにしましょう。１０～は

みをいれるようにしましょう。

**◇**

　は×。いすになど、しいを。

**●定期健康診断は延期です●**

例年４月から６月にかけて行われる各種定期健康診断の日程は学校再開後に実施を予定しております。日程が決まり次第、お知らせいたしますので、おたより等ご確認をお願いいたします。

実施の際は、検診会場の換気、消毒、マスク着用など、感染症対策に努めてまいります。