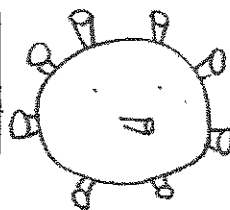


今日から通常登校が始まりました。新型コロナウイルスとの戦いは長期戦になりそうです。当面の間は、検温・手洗い・マスクの着用・換気の徹底や密集の回避などに努めていかなければいけません。生活リズムを整えて、免疫力の向上も大切です。

新型コロナウイルスの3つの感染症を知ろう！

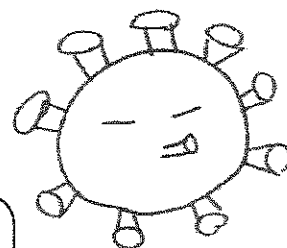
この感染症の怖さは、病気が不安を呼び、不安が差別を生み、差別が更なる病気の拡散につながる事です。3密を避け、手洗いをしっかりと行い、具合の悪いときは、しっかりと休む。ウイルスに立ち向かうための行動を、自分のためだけでなく周りの人のためにもすることが大切です。

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



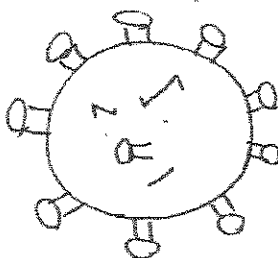
第1の“感染症”
「病気」

①未知なウイルスで分からないことが多いため不安が生まれる



第2の“感染症”
「不安」

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3の“感染症”
「差別」

出典：日本赤十字社「新型コロナウイルスの3つの顔を知ろう！」より

スクールカウンセラーの今井先生から

メッセージが届きました

こんにちは。みなさん。今回のコロナの件、びっくりした人が多いと思います。大人でもわからないことだらけで、この先どうなるのかな、と心配ですよ。

でも『世界中のいろんな大人たちがそれぞれの力と知恵を出し合いながら解決に向かっていくこと』、それだけは確かですので、そこは安心してくださいね。

みなさんは、もうちょっと社会が落ち着くそれまでのあいだ、自分のからだ、自分のこころ、自分のペースを、ふだんよりちょっとだけ甘やかすくらいでいいので、自分をいたわってあげて過ごしてください。

つらいとき、考えがもやもやしてわかんないときは、誰かと話すとだいぶすっきり楽になります。見通しもつきます。ご家族の人や、学校の先生にも遠慮なく話をしてみてくださいね。もちろん相談室にも。

保護者の方へ(お願い)

日々、お子さんの健康観察や予防対策へご協力をいただき、ありがとうございます。教育活動を再開させるにあたり、柏崎市より一層の健康観察の強化と予防対策を行うように通知がきています。引き続き、朝の検温を含む念入りの健康観察を継続していただくとともに、体調不良時はご家庭で休養していただくようにご協力をお願いいたします。