



令和2年6月1日 厚木市立依知中学校

外に出て、活動するにはよい季節が過ぎていきます。これからは、雨が続くようになります。台風や大雨も気になります。

学校での災害時（緊急時）の対応は4月に配布した通りです。（ホームページにもあります）6月最初は分散登校となりますので、学校にいる時間はバラバラです。登校する日時は家庭で確認しておく必要があります。また、感染予防を考えながらの避難についても各家庭で話題にしてみてください。

新型コロナウイルス感染症の予防

新型コロナウイルス感染症については、未だ感染源や感染経路などはっきりしていないところもありますが、自分でできる予防があります。正しく理解して、実践していきましょう。

○新型コロナウイルスについて

新型コロナウイルス感染症は、現時点では、飛沫感染または、接触感染によって感染するとされています。ウイルスは、自分自身で増えることはできませんが、粘膜などの細胞に付着して入り込んで増えていきます。

○感染予防

- 1 手洗い・・・基本は石けんを泡立てて、しっかり手洗いします。
- 2 咳エチケット・・・飛沫感染を防ぐため、正しくマスクをつけます。
- 3 3つの密を避けます・・・
①換気の悪い密閉空間(空気の入替えのできない場所、窓のない場所)
② 多数が集まる密集場所(たくさんの人が集まる場所)
③ 間近で会話や発声をする密接場面(人と人との間が近い場面)

「ゼロ密」を
目指しましょう

手洗いの、5つのタイミング

公共の場所から
帰った時



咳やくしゃみ、
鼻をかんだ時



ご飯を食べる時



前と後！

病気の人の
ケアをした時



外にあるものに
触った時



○正しい情報を得る

SNS で氾濫しているデマや誤った情報に惑わされないよう注意します。公的機関などがホームページ等で提供する正確な情報を入手し冷静な行動をとりましょう。

○差別、偏見について

感染者、濃厚接触者、医療従事者、社会機能の維持にあたる方等とその家族に対する誤解や偏見に基づく差別は許されないことです。見えないウイルスへの不安から、特定の対象を嫌悪の対象としてしまうことで、差別や偏見が起きます。例えば：感染症が広がっている地域に住んでいる人、咳をしている人、外国から来た人など。

参考：文部科学省「新型コロナウイルス感染症の予防」資料

感染防止セット3点

①「毎日の健康観察」 ②「マスク」 ③「ビニール袋」

①「毎日の健康観察」の提出をお願いします。

検温をして「毎日に健康観察」に記入し、学校に提出してください。
(原則、まだ活動していない朝の検温で37度以上あれば、家庭で様子を見てください)
熱がなくても、体調がすぐれないときは家庭で様子を見てください。
体調不良時は早退となります。連絡先等の変更がありましたら、お知らせください。
誰もが安心して学習できるよう、ご協力をお願いします。



②「マスク」を通学バックに入れておきましょう。

厚木市内の株式会社シンズ (X I N S) 代表取締役 徐 様 (ジョ様) から、新型コロナウイルス感染症予防に役立てていただきたいと児童生徒、教職員用としてマスクの寄付がありました。依知中学校では、1人3枚ずつ配布します。残りは取っておきます。汚れた時にすぐに使用できるように、通学バックに入れておいてください。

③「ビニール袋」に入れて持ち帰りましょう。

汚れたマスク、使用したティッシュはビニール袋に入れて、持ち帰ります。
そのままゴミ箱に入れないようにしましょう。そのため、ビニール袋を用意してください。



心の教室 開設しています。 生徒の皆さんも、保護者の皆さんも相談できます。

新型コロナウイルスの感染対策のために家庭で過ごす時間が増えました。予期せぬ出来事にそれぞれがストレスを抱えているかもしれません。

〈ストレス反応〉

痛み：頭痛、腹痛、筋肉の局所的な痛み、手足がつるなど

食欲：食欲不振、吐き気、嘔吐、消化不良、など

睡眠：一人で眠れない、夜中に目が覚める、怖い夢を見る、叫ぶなど

排泄：おねしょ、便秘、下痢など

衝動的になる：落ち着きがない、しゃべり続ける、突然何かを始める、攻撃的になる、注意が散漫になる、すぐあきらめる

閉じこもる：人と会いたがらない、こだわりが強くなる。

親から離れたがらない：まとわりつく、親が出かけるのを怖がる。

感情の起伏が激しい：急に怒り出したり、泣き出したりする、はしゃぎすぎる。

気持ちが沈み込む：無力感や悲しみ、罪悪感などにとられる。

感情が動かない：ボーっとしている、実感がない。

(参考：家庭で過ごす期間の子どものストレスとその対応—保護者・教職員向け—早稲田大学教育学部教授 本田恵子)



○スクールカウンセラー：(木曜日) ご予約の際は、担任の先生や、学校に直接お申し込みください。

○元気アップアシスタント：(月、火、金) 心の教室の直通電話 **046-245-1718**

留守番電話になっていますので、お名前と電話番号、メッセージを残してください。折り返し、ご連絡致します。折り返しは勤務時間になりますので、ご了承ください。

○もちろん、教職員も相談に乗ります。