二つ目の感染症：「不安」に対して

新型コロナウイルスに対する薬やワクチンも今はまだ開発途中です。わからないことが多いので、強い不安や恐れを感じる。これは、当然の反応です。でも、注意していないと、その不安はどんどん大きくなり、そして、不安は人から人へと感染します。

① 感染のことばかり考えるのはやめましょう。

② 病気以外のことに注意をむけ、自分のいつもの生活を大切にしましょう。

三つ目の感染症：「差別」に対して

人は、見えないものに不安を感じたとき、それを見える形のものに置き換え、「嫌い」と言って遠ざけることで、ひとときの安心な気持ちにはなります。でも、根本の不安が解消されたわけではありません。何かに置き換えてしまう前に、**身近な大人に、自分の感じている不安について、話してみましょう。**
もしも、周りの人が、新型コロナウイルス感染症に対して偏見や差別があると感じていたら、あなたは自分が病気になったときに正直に言えますか？調子が悪くなった時に、学校を休んだり、病院に相談したりすることは、自分の周りの人を守ろうとする思いやりです。私たちは、そういう人たちに対し、**ありがとうという気持ちをもって応援しましょう。**

> 一緒に配布した、パンフレット
> 「新型コロナウイルスの３つの顔を知ろう！　～負のスパイラルを断ち切るために～」（日本赤十字社）
> には、これまでのことを詳しく書いてあります。時間があるときに、読んでください。

みなさんが安心して生活できるよう、学校では次のことに取り組みます。

1　毎朝、体温と体調の確認をします。体温の確認をするので、必ず家で測ってださい。
少しでもかぜの症状がある場合は、学校を休んで様子をみてください。
欠席する場合は、家の人から学校に連絡してもらってください。

2　除菌液やせっけん液を校内に設置してあります。
必要に応じて使ってください。ただし、皮膚の弱い人などは、様子を見て使用してください。
足りなくなったら、気がついた人が保健室へもってきてください。補充します。

3　一日１回は、共通で触るところ（スイッチ、ドアノブ、手すり等）を、先生たちが消毒します。
消毒していても万全ではありません。**大切なのは、皆さんがしっかり手を洗うことです。**

4　月に一度はカウンセラーの笹谷先生が学校にみえます。
もしも身近な人や先生に相談しても、不安でたまらなかったりするときは、スクールカウンセラーの笹谷先生に話を聞いてもらうこともできます。日程は、保健室前と昇降口に貼ってあるので、確認してください。
内科検診も予定しているので、学校医の伊藤内科の先生に話してみるのもいいでしょう。
不安はため込まないようにしましょう。

5　**保健室に用事がある人は、保健室に入る前に廊下からから声をかけてください。**

学校に来てから体調が悪くなった時は、がまんせずに保健室へ来てください。

> お互いが安心して生活できるように協力をお願いします。