

保健だより



愛知県立内海高等学校
令和2年 5月

スクールカウンセラーについて

内海高校には、月に1回程度スクールカウンセラーさんが来校します。学校生活の悩みや、家庭での悩み、他にもいろいろな相談にのってくれます。

教育相談担当は家庭科の稲葉さおり先生です。ちょっと話を聞いてほしいな、悩みがあるんだけどな・・・そんなときは、ぜひ声をかけてください。

もちろん保健室でも話を聞きますので、遠慮せずに来てください。

来校日などの日程は、また案内を出しますので確認してくださいね★



自分の身だけでなく他人の身も守れるかっこいい人になろう！！

新型コロナが流行していて、せっかく天気もいいのに外に出られず悲しい思いをしている人が多いことでしょう。「学校も休みだし、私は感染しない自信があるから友達と遊びに行こうかな」、「マスクは苦しいからするのをやめよう・・・」なんて思っている人はいませんか？

その軽い気持ちがあなたの周りの大切な人を危険に追いやっているかもしれません。

ここで感染予防のために私たちがまずできることをおさらいしましょう！！

① 不要不急の外出は控える
⇒どうしても場合は必ずマスクをつけましょう

② 三密は避ける

Q.三密って??

A.「密集」「密室」「密接」

Q.どうして三密がダメなの？

A.新型コロナウイルスは飛沫^{ひまつ}感染と接触感染により感染が広がるといわれています。

換気が悪く、密に接している状況が長く続く場所は集団感染のリスクが非常に高くなるからです。

③ 咳エチケット（マスクをする）と手洗いうがい



★マスクの効果

マスクをしていても意味がないと言われているのを聞いたことがあります。

ではなぜマスクをすることがそんなに大切なのか・・・。

それは先ほどお話したように、自分の身だけでなく、他人の身を守るためなのです！

あなたがウイルスを知らない間に持っていた場合、あなたは若く、免疫力も高いために病気にならないかもしれませんが、もともと病気にかかっている人、またはおじいちゃんおばあちゃんなどとマスクをつけずに話した場合、その人たちにウイルスをまき散らすこととなります。自分は大丈夫でもあなたの大切な人が苦しむことになったら嫌ですよ？

他の人のことも考えられるかっこいい人になろう！！

