

ほけんだより9月

令和2年9月1日
郷内中 保健室

2学期がスタートして1週間。だんだんと心と体も学校のある生活に慣れてきたでしょうか。9月に入ると、体育会の練習も本格的に...
今年は何年より競技が少ないですが、熱中症・感染症対策をしながら、皆で盛りあげていきましょう。

スローガン

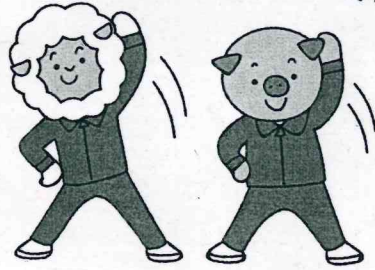
NEVER GIVE UP
～決して諦めるな～

がんばれ
郷中々々

まだまだ暑い日が続きます...



しっかり準備運動・整理運動

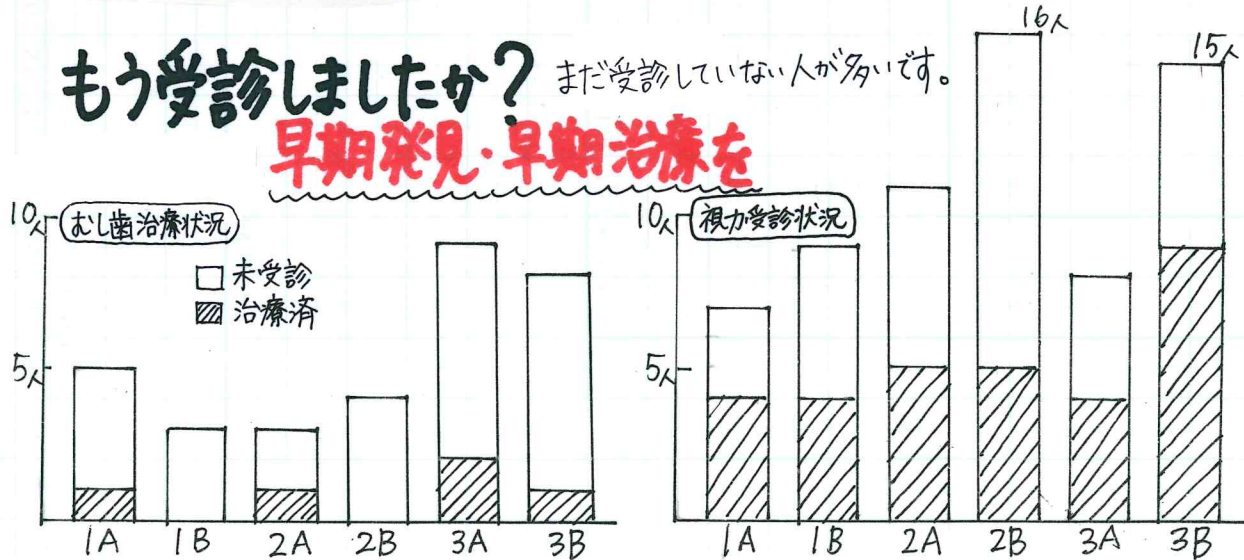


熱中症対策と感染症対策を!!

- こまめに**手洗い**
- お茶、スポーツドリンクなど水分は**多目**に用意。**汗ふきタオル**も忘れずに
- 寝不足**や**朝食抜き**は危険です
- 頭痛、吐き気、手足のしびれ、けいれん**は、熱中症の症状です

体調が**おかしい**と思ったら、無理をせず
早目に休みましょう

もう受診しましたか? まだ受診していない人が多いです。 早期発見・早期治療を



岡山県 8/28～ ダメ! コロナ差別 啓発キャンペーン

新型コロナウイルス感染症の感染者や医療関係者、またその家族への
ひぼう中傷、差別、偏見が岡山県内でも発生しています。

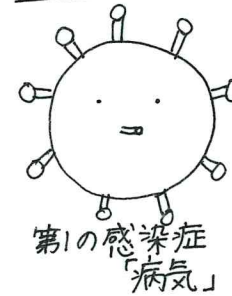
新型コロナウイルス感染症は、**誰もが感染する**可能性があります。

なぜ差別が生まれるのか? (日本赤十字社「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~」より)

新型コロナウイルス感染症の
「3つの感染症」という顔

負のスパイラルで感染症が拡がる

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
拡散をまねく**



① 未知なウイルスでわからないことが多いため
不安が生まれる

病気が不安をよび
不安が差別をうみ
差別が更なる病気の
拡散につながって
います。



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
かかると人を**遠ざける**



負のスパイラルを
断ち切り、自分、
そして他人を思いやり、
皆で新型コロナ
ウイルスから大切な
命を守りましょう。

マスクが着用できない方への配慮を

感染拡大防止のために、大切なマスク。ですが、社会には、いろいろな理由で、
(感覚過敏や発達障がい、病気等)マスクの着用自体が難しい方がおられます。

そういった方が外出時にマスクをしていないことで、周りの人から冷たい視線や言葉を
浴びせられるといった事例も報告されています。マスクの着用ができないからといって、
不当な差別につながることはありません。

マスクを着用していない人を見かけたら、想像力を働かせて、「マスクがつけられない
理由があるのかもしれない」と相手の事情に思いを寄せてみましょう。