

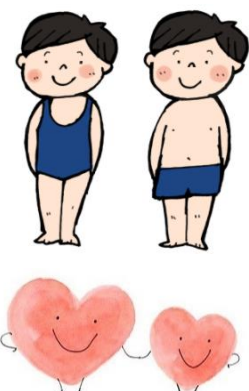


R4.12.1
服間小学校
保健室

がつ ほけんもくひょう いのち たいせつ
12月の保健目標 **命を大切にしよう**

保健指導(性について)を行いました

11月の身体測定後の保健指導では、「プライベートゾーン」や「性的マイノリティ」に関するお話をしました。



●プライベートゾーンとは・・・

水着でかくれる部分+ロのことで、「自分だけの大切な場所」

- ・簡単に人に見せない・さわらせない・からかったり、ふざけたりしない。
- ・もしも見られたり触られたりしそうになったら「いやだ!」と言ってよい。
- ・嫌な気持ちになったとき、すぐに大人に知らせる・相談する。

低年齢のお子さんでは、プライベートゾーンの認識が十分でないために、性被害にあっても相談につながらなかったりする問題があると言われています。ご家庭でもぜひ「自分の体を大切にすること」についてお話をいただければと思います。



●LGBTQ・性的マイノリティについて

- ・6色のレインボーは「多様な性のあり方」を大切にしようというシンボル
- ・人の個性がそれぞれ違うように、いろいろな好きな気持ちがあってよい。
- ・生まれつき持っている「体の性」と本人が感じる「心の性」が違うこともある。



・・・などをお話しました。

お互いにお互いの「自分らしさ」を大切にできるように、世の中の仕組みも変わってきています。「いろんな生き方があっていいんだ!」という多様性を、みんなが大切にしていけるといいですね。

3つの首を温めて体ポカポカ



きた かぜ
北風がピューツと吹いたら、
からだ
体がガクガク...

そんなあなたは、「首」「手首」「足首」の3つの「首」を寒さから守れていないのかも。

3つの首には体中をめぐる血管が集中しているので、温めると体の内側からポカポカするのです。



ネックウォーマーをつけたり、
ハイネックの服を選ぶ



外に行くときは
手袋を忘れずに



締めつけない、
厚手の靴下を◎



体ポカポカで、元気に冬を過ごしましょう!

新型コロナウイルス感染症における出席停止期間について

学校での感染拡大防止のため、感染症には出席停止期間が定められています。現時点における新型コロナウイルス感染症に関わる出席停止期間(自宅待機期間)は、「基礎疾患を持っているなどの届出対象の方」以外の場合は、以下になっています。

★新型コロナウイルス感染症の陽性者となった場合

🟡: 症状あり 🟢: 症状軽快 😊: 登校可能

発症日を0日とし、7日間経過し、かつ、症状軽快後 24 時間経過した場合
8 日目から解除。

症状軽快後
+24 時間

発症日 0 日目	1 日目	2 日目	3 日目	4 日目	5 日目	6 日目	7 日目	8 日目
🟡	🟡	🟡	🟡	🟡	🟡	🟢	🟢	😊

★新型コロナウイルス感染症の濃厚接触者となった場合

患者の感染可能期間内に患者と接触した最終日を0日とし、5日間経過した場合、6日目から解除。

最終接触日 0 日目	1 日目	2 日目	3 日目	4 日目	5 日目	6 日目	7 日目
🏠	🏠	🏠	🏠	🏠	🏠	😊	😊

登校可能
なっても、
7日間経過
するまでは
十分な
健康観察を
お願い
します。

※医療機関等の指示により、出席停止の期間が変更になる可能性もあります。詳しくは福井県 HP をご確認ください。



新型コロナウイルス
陽性と診断された方へ



新型コロナウイルス
濃厚接触者の方へ



感染性胃腸炎にもご注意を!

感染性胃腸炎は、ウイルスや細菌が原因の急性の胃腸炎です。主に冬に流行するのは、ノロウイルスなどのウイルスによるものが多いです。

ノロウイルスは感染力が強く、かかるとお腹が痛くなったり、吐き気がしたり、下痢をしたりします。予防のためには、やはり手洗いが重要です。感染対策で言われ続けていることですが、家に帰った後、トイレの後、食事の前など、必ずせっけんを使った正しい手洗いをお願いします。

また、体調がおかしいと思った場合は、無理をせず登校をお控えください。

