

ほけんだより

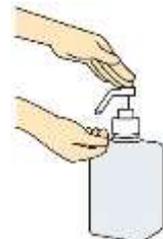


令和4年2月21日
広神東小学校 保健室

市内で複数の学校・保育園等で新型コロナウイルスの感染者がみられる中、当校では感染拡大防止に気を付けながらも、通常の教育活動が続けられています。スキー授業も無事終了し、楽しんでスキーをする子どもの姿がみられました。

新潟県の新型コロナウイルス感染者数はまだ高止まりの状態です。引き続き感染予防対策を家族ぐるみで続けていく必要があります。ご協力をお願いいたします。

新型コロナウイルス感染症の対応について



学校や教育委員会から、繰り返し文書やメールが届いていることと思います。

- 休日に発熱し、熱が下がって未受診のまま登校した。
 - 頭痛や、倦怠感、喉の違和感があるが、大丈夫と思い登校した。
- などの事例が当校でもありました。

県内の学校での感染事例として、以下のようなことが報告されています。

- ★かぜ症状があったが、大丈夫と思い登校し、その後陽性が判明した。
- ★同居する家族がPCR検査を受け、結果待ちの期間であったが、未症状であったため登校し、その後陽性が判明した。

以下の点について、再度ご確認をお願いいたします。

- 発熱や喉の痛み（違和感）、咳、倦怠感など、普段と体調が少しでも異なる場合は登校せず、速やかに医療機関を受診すること。
- 家族に発熱等のかぜ症状がある場合も、医師の診断や検査の陰性など、感染症ではないと判明するまでは登校を控えること。
- 家族がPCRや抗原検査を受けている場合は、検査結果が出るまで登校を控えること。
- 登校後にきょうだい等に発熱等のかぜ症状がみられる場合は、きょうだいが無症状でも一緒に早退すること。

上記は、市内統一の対応です。お子さんだけでなく、家族の体調も十分に観察していただくことが必要です。異常がある場合は、必ず医師の診断の下で、感染症ではないと分かってから登校するようにお願いいたします。

不織布マスクについて



	不織布	布	ウレタン
飛沫対策方法			
吐き出し飛沫量	20%	18～34%	50%
吸い込み飛沫量	30%	55～65%	60～70%

新潟県教育庁保健体育課からの文書で、感染症対策の基本方針の変更により、「不織布マスクの推奨」が示されました。感染のリスクをできる限り低くするために、可能な範囲でお子さんのマスクの準備をお願いします。（予備マスクをいつもカバンの中に数枚入れておくよう、お願いします。）

子どもの脳が動き始める言葉かけ



にこにこ脳？



いやいや脳？

子どもが帰宅した時、どんな言葉を子どもにかけていますか？
幸せを発見できる、幸せを感じることができる脳に子どもの脳をしたかったら・・・。

【不幸質問】

心配性のお母さんが時々多くやってしまうのが、子どもが「ただいま～」と帰ってきました。そうするとこう聞く。「今日どうだった？学校。誰かにいじめられなかった？誰かに変なことされなかった？」「先生にしかられなかった？先生に嫌なこと言われなかった？」というように聞いてしまう。

そうすると、人間の脳というのは質問されるとすぐに、答えを探しにいきます。そう質問されたお子さんの脳は何を探しに行くかということ、「先生って何か嫌な言い方したかな？」とわざわざ思い出すんです。そこだけを。

学校に6～7時間いたとして、その時間ずっと嫌なことだらけということはありません。授業中に「ちょっと面白かったもあるし、これがんばったよ。」もあるんです。しかし、「今日どんな嫌なことがあった？」「なんか嫌なことされなかった？」と聞かれることにより、質問された方向の答えしか脳は探さなくなります。これを1回位ならいいでしょう。もう毎日毎日、1年生から6年生までこのことを質問されたとすると、その子の脳は「嫌なことを探すのが得意な脳」になってしまいます。今日も又・・・と。そのうち質問されなくても、「今日はどんな嫌なことがあるのかな？」というようになってしまい、脳がもうそればかり目についてしまう。楽しいことを見つけられなくなる脳になってしまうということです。

そう考えると、「質問」って本当に大事です。「心配」も方向を間違えるとその子にとってマイナスに働きます。



では、どんなふうに変えればいいのかということです。

脳というのは質問をされると、質問の方向性の事だけを焦点を絞って探しに行くので、幸せな脳を持つ、幸せを発見できる、幸せを感じることでできる脳に子どもの脳をしたかったら、脳にいい質問を入れてあげることが大事です。「嫌なこと何があった？」と聞くのではなく、「学校から帰って来たら、毎日、ママに今日あった楽しいこと、良かったこと3つ必ず教えて。3つ探してくるんだよ。」「ママも今日1日良かったこと、楽しかったこと3つちゃんと探すからね。それを夕飯のときに一緒にお話しよう。それを毎日記録しておこう。」というように、親子で取り組んでいただくと、長く続ければ続けるほど、世の中の良いところを見る脳ができてくるということです。

(参考：NLP教育コンサルタント桑原朱美の《子育てママのオモシロ脳科学レッスン》)

集団生活の中では、楽しいことも、そうでないことも経験します。しかし、できるだけ良いこと、楽しいことに視点を向けることで、次への意欲が高まります。いつまでも変えられない過去のいやなことに目を向けさせるのではなく、次はどうしたらいい？自分ができるとは何か？とよりよい未来を考える言葉かけを繰り返すことが、プラスの未来につながります。