

ほけんだより



令和4年12月16日
広神東小学校 保健室

校舎の周りも雪景色になり、冬を実感する季節です。2学期も残すところ1週間となりました。11月は休校措置があり、その後、校内での感染症の発生は落ち着いてきたようです。しかし、新潟県内では1日3000人以上の感染者が発生しています。冬休み中も感染対策を心がけ、元気に新学期を迎えられるように、ご協力をお願いいたします。

新型コロナウイルス 感染対策を考慮しながら



年末年始に帰省されるご家族や、親戚のお宅へのごあいさつなど、普段と違う人との接触機会も増える時期です。

新潟県では、感染者数が3000人を上回る日が続いています。魚沼市の学校感染者数をみると、13日現在、感染者数68人、濃厚接触者129人となっています。当校では感染のピークは越え、落ち着いているところですが、市内では学級閉鎖措置の報告があります。

冬休み中、楽しみながらも、人との接触機会が多いところでのマスクの着用や、飲食を伴う場面での飛沫防止対策などご配慮いただき、感染リスクを軽減していきましょう。

【感染症対策の変更点】

○給食での会話

- ・「必ずしも一律に黙食とすることは求めない」との文科省、市の通知を受けて、座席の配慮や適切な換気を行うことなどで、楽しく食事をする程度の会話は可能になりました。但し、大声での会話は控え、感染拡大傾向がみられる場合は、変更になる場合があります。

○療養解除届

- ・新型コロナウイルス感染症に罹患した場合、提出いただいていた「治癒届」が「療養解除届」に変更になりました。発症日（無症状の場合は検体採取日）が「0日」として、7日経過し、8日目に療養解除になります。無症状で療養解除日を短縮する場合は、学校配付文書をご確認ください。用紙は学校ホームページからダウンロードできます。※職員玄関外にも用紙があります。

【継続して留意いただきたい点】

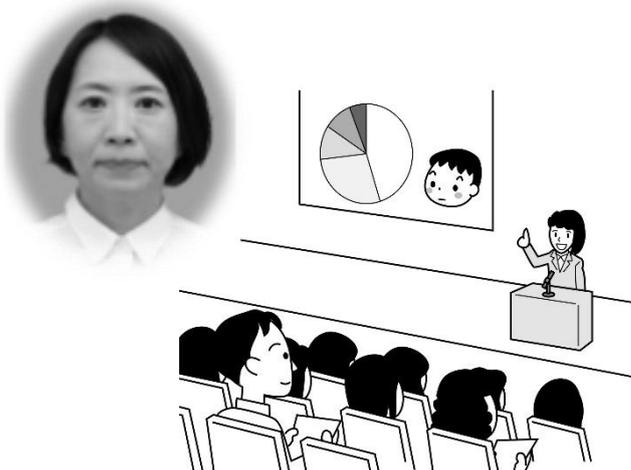
●健康観察

- ・毎日の検温、本人・家族のかぜ症状の有無については、確実に行ってください。本人、家族にかぜ症状がある場合は、薬事承認された検査キットでの検査、または、受診して、感染症ではないと診断されるまでは、登校を控えてください。学校で症状がみられる場合は、きょうだいで早退となります。

※3か月の間に2回の感染が確認された事例。家庭での検査キットで「陰性」だったが受診して検査し、「陽性」と診断された事例があります。一度感染したから大丈夫、キットで「陰性」が確認されたから大丈夫ではない場合があります。ご注意ください。

魚沼市学校保健会 講演会から

令和4年11月19日に魚沼市学校保健会講演会がありました。演題は「情報化社会を生きる子どもたちに必要な力とは」～ネットやゲームとよりよい関係を築くために大人ができること～。インターネット利用アドバイザー 大久保真紀様より講演いただきました。以下にそのポイントをお伝えします。



- 私たち保護者は子どもに上手く付き合ってもらいたいと願っている。ただ、利用制限を伝えるだけでなく、うまく利用してほしいという親の思いをしっかりと伝える。そしてその願のため行動を！
- 何のためにネットを使うのか？
例) 学校のタブレットは「子どもの学び」のため。
子どもたちは「スマホ（メディア機器）を使うこと」が目的になっていないか。
インターネットや情報機器は本来便利であり、楽しいツールである。幸せ（well-being ウェルビーイング）になるために使う。
子どもに端末を持たせる（使わせる）責任は、保護者にある。子どもが使っている端末は安全な環境か？アプリやゲームには年齢に関する記載がある。利用規約にも記載がある。
例) You Tube、Tik Tok → 13才以上
ペアレンタルコントロールで、時間、課金、機能制限、年齢制限を設定できる。知識（ネットリテラシー）が少ない幼少期は厚い制限でリスクを遠ざける。
フィルタリングの活用：「あんしんフィルター」「フィルタリングアプリ」検索にはセーフサーチ、動画共有サイトには制限付きモード。子どもの年齢や、リテラシーに合った環境を保護者がつくる。
- インターネットでつながる世界は刺激が強く魅力的なのは当然。無制限な環境では、楽しくてやめられなくなる。ゲームや動画が悪いわけではない。
長時間利用はなぜ問題なのか？ 視力、聴力の影響、運動不足、姿勢、長時間利用による睡眠不足。
子どもには十分な睡眠が必要。（疲労回復、成長、気分の安定など）
充実した学校生活を送るためには規則正しい生活＝ネットの適切な利用が不可欠。

【家庭での対応のポイント】

- 子どもと話し合い、利用ルールを決め、見守る。心配なことを書き出し、その対策をルールに。子どもの所有物にさせない。時間や場所、してはいけないこともルールに。
- ルールは作って終わりにしない。大人も協力する。子どもはルールが守れないと思っておく。失敗を生かし、子どもと学んでいく。
- 子どもにつけたい力は「今はやらない自制力」をつけること。
- 生活習慣が身についている子どもは自己肯定感が高く、自己肯定感が高い子どもはネットの熱中度が低い。自己肯定感は長時間利用とも関わる。
- ゲームや動画以外にも楽しいことがたくさんあることを子どもが体感していることが大切。そのために様々な経験をさせる。子どもが目を輝かせる時を見逃さない。
- 自分のやりたいことのためにICTを活用していく。
- 大人のゲーム・ネット利用は問題ないか。子どもは大人を見て育つ。