

ほけんだよ



R3、2月
箕島小保健室
No.9

感染症に関わる、さまざまな誤解や偏見、差別

例えば

- ◆休校になった時、「〇年〇組の子が△△△になったから」「〇〇さんの家の人が最初にかかったらしい」など、犯人さがしをするかのように、うわさが広がった。
- ◆感染症にかかった人やその家族に対して、「迷惑」「予防していなかった」などのかげ口やうわさが、住んでいる地域で聞かれた。
- ◆相手を指して、「△△△(感染症)がうつる」といった言葉が、遊び仲間の中で飛び交った。
- ◆具合が悪くなり保健室に行った子について、「△△△(感染症)じゃない？」と、他の子がふざけ半分で言った。
- ◆感染症の集団発生が起こった学校に対して、抗議の電話やメールが多く寄せられた。
- ◆感染に関する「うわさ」や「うそ」がインターネットや SNS 上で一気に広がり、個人の名前や写真、住所、学校、職業、家族構成などの情報がさらされた。



誤解や偏見、差別が起こるのは、どんな時？

それは、感染症に対する不安やおそれ（「かかりたくない」という気持ち）が極端に高まっている時です。そして、不安やおそれのために、冷静な対応ができなくなる時です。

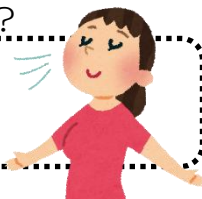


「不安」や「おそれ」にふりまわされないために、できることは？

- ・悪い情報ばかりに目が向いていませんか？
- ・何かと感染症に結びつけて考えていませんか？
- ・「その情報は、本当のこと？もしかしたら違うかもしれない」と思い、聞いていますか？

SNS 等が発達した現代社会では、間違ったうわさ、いつわりの情報が多くとびかっています。

立ち止まり、深呼吸し、いろいろな角度から自分の心を観察してみましょ



本当におそろしいことは？

感染症の症状のある人が、差別を受けるのが怖くて、病院に行かないようになることです。その結果として、感染症拡大が起こってしまうことです。

感染症は、予防していてもかかる可能性があります

「これだけ、予防しているから大丈夫」ではありません。

予防は、感染のリスクを下げるためにするものなので、だれでも、いつでも感染症にかかる可能性があります。



「どんなに対策をしても、かかってしまうことがある」と考えて予防する。
「できるだけ、リスクを下げる」ことを目標にする。

感染症対策のポイント

- かかってしまうことが悪いのではなく、「多くの人に広げない」こと。
- 「もしかすると、「私も感染しているかもしれない」と想定し感染を広げない行動をとること。
- 一人ひとりが、自分の問題として受けとめ、人の立場になって考え行動すること。



みんながんばっています

日常生活を普通に送っている人も、治療を受けている人とその家族も、自宅待機している人も、それぞれの場所で、感染を広げないようにがんばっています。

「参考」・感染症とわたしたち(ぎょうせい) ・新型コロナウイルスの3つの顔を知ろう！(日本赤十字社)

それって、かぜ？ それとも、花粉症？

毎年、2月ごろからスギ花粉が飛びはじめます。すると、スギ花粉にアレルギーがある人は、花粉症の症状が出るようになります。では、かぜと花粉症では、症状にどんな違いがあるのでしょうか？

花粉症	かぜ
<input type="checkbox"/> 熱はない	<input type="checkbox"/> 熱が37℃の微熱以上ある
<input type="checkbox"/> さらさらした鼻水が出る	<input type="checkbox"/> のどが痛い
<input type="checkbox"/> 目がかゆい	<input type="checkbox"/> 粘りのある鼻水が出る
<input type="checkbox"/> 鼻詰まりがひどい	<input type="checkbox"/> せきが出る
<input type="checkbox"/> 2週間以上、症状が続いている	<input type="checkbox"/> 2～3日目のピークの後、症状はよくなる

換気のため、常に窓を開けています。花粉症のある人には、つらい季節です。

※花粉症は、耳鼻科、眼科、小児科、アレルギー科、内科で診てもらうことができます。自分の症状によって受診する科を選びましょう。

花粉症の症状が出る人は、花粉が飛び出す前に病院で相談すると、その年の症状が緩和されることがあります。



花粉症から自分を守る対策

外出時



帰宅時



プラス

うがい



洗顔



手洗い

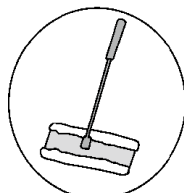


シャワー



こんなことにも気を付けよう！

掃除機をこまめにかける
(花粉を巻き上げないように、ぬれた雑巾で拭く)



洗濯物は、花粉の飛びやすい時間帯に干さない
(室内干しにする)



窓を開けたら、近くを掃除する

