



ほけんだより ステイグマ^{ほうしごう}防止号

仙台白百合学園小学校 2020.9.30 配信

仙台白百合学園幼稚園で、新型コロナ^{しんがた}感染症^{かんせんしやう}が発生^{はっせい}したことについて

身近な先生とお友だちがウイルスに感染したので、幼稚園～高校まで、休園・休校になりました。

幼稚園では27(日)運動会の予定でしたが、中止になりました(雨天によるグランドコンディションのため一日順延)。さらに、幼稚園の子どもたち全員と先生方全員が検査を受けることになったので、ご家族の方も含めみんなが驚きと心配と不安と緊張と…とても悲しい・苦しい気持ちになったらと思います。

小学生のみなさんも、知り合いや弟妹、もしかしたら小学生の自分も感染しているかもしれないと心配と不安と緊張を感じながらこの数日を過ごしていたのではないのでしょうか。

新型コロナ^{しんがた}ウイルスは、

◆**体にうつると、具合が悪くなります。**人によって差はあります。

軽い風邪のように、自然に治る人もいます。

においや味を感じなくなり、食欲がなくなる人もいます。

熱が出て体がぐったりし、息をすることが苦しくなり、入院治療が必要になる人がいます。

◆**心にうつると、怖い・悲しい・恥ずかしい・嫌だという気持ちが強くなります。**

自分は悪いことをしたんだと考えるようになるかもしれません。

さらに、周りの人から「あなたは悪いことをした」「怖い」「なかよくするのをやめる」など悲しい言葉をかけられたらどうしようと、よけいに苦しく不安な気持ちになってしまうかもしれません。

病気になるのは、その人が悪いわけではありません。

悪いのはウイルスです。「悪いことをしたから、病気になる」わけではありません。

予防対策①しっかり手洗いをする、②3密(密閉・密集・密接)をさける=換気・ソーシャルディスタンス・マスク着用を、しっかり気をつけて行っても、ウイルスの力が強いと、病気になるってしまうのです。With コロナの時代です。日常生活の中で感染してしまう病気で、決して特別なことではないのです。ですから、まるで悪いことをしたかのように責めたり、悪口を言ったり、面白半分で『感染していたのは誰だ』とうわさしたり犯人捜しのような行動をすることは、やめましょう。そのような言葉や行動によって傷つけられる人がいることを忘れないでください。

病気になる人には『早くよくなってね』『待ってるよ』『大丈夫』と温かい言葉と態度で接する人になってください。

スティグマ Stigma を防止しよう！

新型コロナウイルス感染症の流行に伴い、感染リスクの比較的高い特定の行動や業種、もしくは関連している
と認識された集団に対しスティグマ(差別、偏見、障害)が起きています。WHO は、感染者を責めないなど、ステ
ィグマを防ぐよう呼び掛けています。

スティグマは、患者だけでなく、医療従事者や家族にも悪影響を与える可能性があります。また、属する集団
と関連する人々もスティグマに苦しめられる可能性があります。誤解や噂・誤情報は、人を傷つけます。

◆人は、自分や家族の健康を心配するあまり、「感染した人は誰」「感染した人には近づかないように」→
「感染した人の家族にも近づかないように」→「感染した人の学校(会社・店)に近づかないように」→
「感染した人の家族が通っている学校(会社・店)へ近づかないように」などと憶測・連想がエスカレー
トしてしまいがちです。

もしかしたら、みなさんが周囲から過剰な偏見や差別の行動を受けることがあるかもしれません。その
時は、冷静に対応しましょう。周囲へ感染の影響があると保健所に判断された場合、保健所の指示に従
い感染拡大防止対策をとっています(行動制限や環境消毒)。「周囲への影響外」と判断されているなら
ば、これまで通りに“新しい生活様式”で過ごせばよいのです。ただし、周囲に誤解を与えるような言動
は、慎みましょう。困り事・悩み事が生じたときには、ご相談ください。一緒に対応を考えましょう。

◆感染した人・家族は、出勤・登校することに不安になっています。

「自分が感染したときに、されて嫌なことは相手にしない」ことが一番大事なことです。ただか相手
はコロナウイルスです。人ではありません。人と人が傷つけ合うような学校・社会になりませ
んに。みんなが元気に戻ってこれる優しい職場・学校を作りましょう。 **スティグマ Stigma 防止！**

保護者の方へ

この「ほけんだより」をお子さんと一緒に読み、明日、お子さんを登校させてください。

学校でも、明日、この「ほけんだより」をベースに、教員と子どもたちで話し合いをします。

大人の言動は、特に子どもへ大きく影響します。まず、私たち教職員・在校保護者の皆様は、冷静に
新型コロナウイルスと向き合ってまいりましょう。



のHPをご紹介します

新型コロナウイルス感染症で、子どもたちは多くのストレスを抱えています。ご家族もそうです。大人は、どう子どもたちと
向き合っていけばいいのか、是非ご参考になさってください。

- ① ご家族向けリーフレット編
 - ② 親子でできるストレス対処法編
 - ③ 子どもとできるセルフケア編
 - ④ リラクゼーション編
 - ⑤ お子さんの成長に応じたケア編
 - ⑥ 子育て中のあなたへ
 - ⑦ 頑張っている君たちへ
 - ⑧ 子どもと関わる大人の方へ ～子どもの自律神経とストレスのお話～
 - ⑨ 学校関係のみなさまへ
 - ⑩ 学校に通う君たちへ「スティグマをかんがえよう」
 - ⑪ 話してみよう！伝えてみよう！”子どもの権利”のお話
- 資料: ストレスってなに？

④「子どもとできるリラクゼーション編」の、「手をぎゅー」、「足をぎゅー」、「肩をぎゅー」は、2歳編・12歳編の動画があります。ご家族で試してみてください。