

# ほけんだより

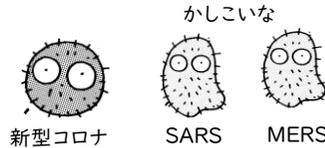
大阪府立松原高校 保健室  
5月1日発行

先日、学年ごとに教科書の販売があり、久しぶりに登校した皆さんの顔を見ることができました。元気に挨拶をしてくれたり、課題をもう終わらせたよと伝えてくれる人や今の状況が少し不安に思うということ話をしてくれる人もいました。しかし、久しぶりに友だちと会うことができおしゃべりをしている様子を見て「距離エチケット」が不足していると少し心配になる場面もあったので、もう一度感染予防について考えてみましょう。

## 今までのウイルスと新型コロナウイルスの違いはどこ？

新型コロナウイルスの賢いところは「感染した人をあまり傷つけないところ」です！

おれ 俺たちは仲間を増やしたいんだ  
だから感染してすぐ死なれたら困るんだよ  
今までのSARSとかMERSとは違うんだ



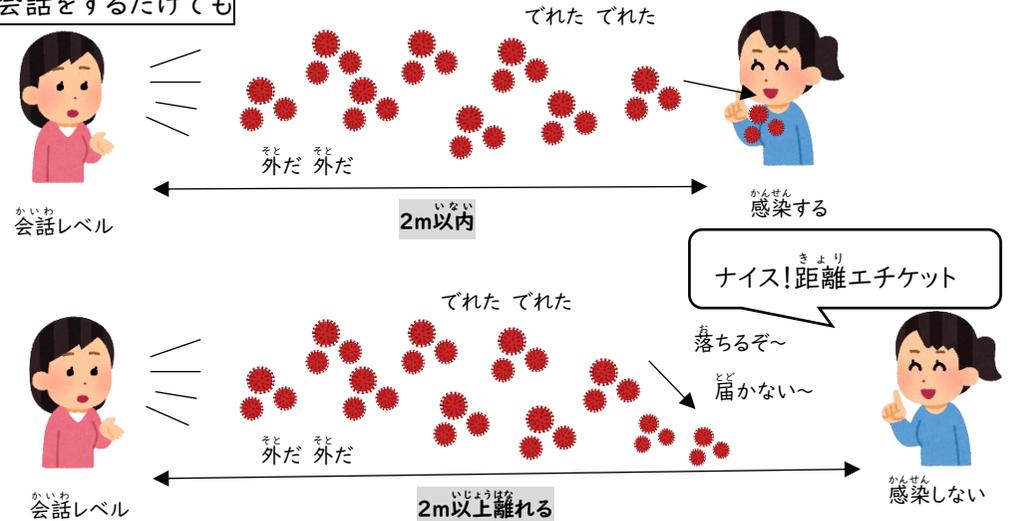
そもそもウイルスは人の体の中だけでしか増えることができません。つまり、ヒトからヒトへ移動できない場合は感染者は増加しません。これまでのコロナウイルスの仲間であるSARSやMERSは感染するとすぐに重症化し、感染力がある期間に普段通りの生活をできる時間が少なかったため、あまり感染が広がらなかった。ところが、今回の新型コロナウイルスは感染しても「軽症」や「症状のない人」がいるため普段通りの生活をしていて知らない間に他人に感染を広げてしまい、なかなか流行がおさまりません。

感染が流行している大阪では「自分が感染している」と思って行動するしかありません。つまり、できるだけ「人と会わずに自宅で過ごす」ことが一番。外出するときは「マスクをつけ、距離エチケット」が大事です。

## 距離エチケットって？ ~もうちょっと離れてください~

密閉(むんむん)・密集(がやがや)・密接(ぎゅうぎゅう)の3密を避けることを以前のほけんだよりで紹介しました。もちろんそういう場に行かないことが一番ですが、どうしても避けられない場合もあると思います。そのような時はできるだけ「距離エチケット」を意識してほしいです

### 会話をするだけでも



## 離れて、繋がろう~物理的な距離は離れていても、心は繋がっている~

「距離エチケット」は一般的には「ソーシャルディスタンス(社会的距離)」と言われています。しかし、これは大切な友だちや家族との関係を社会的に断たなければならないという意味ではなく「物理的な距離をあけたとしても、人と人のつながりは保ってほしい」という意味です。つまり、ソーシャルディスタンスというよりもフィジカルディスタンス(物理的距離)をしっかりと取ることが大切なのです。

