

保健だより



高萩高校保健室
令和2年5月

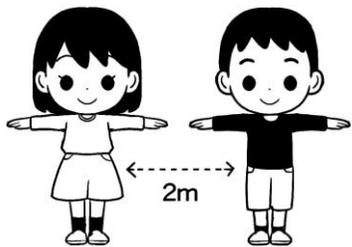
最近よく耳にするけど...

ソーシャルディスタンスって何?!

ソーシャルディスタンスを日本語で言うと「社会的距離」となります。社会距離とは身体的接触が不可能であり、会話にはある程度の音量が必要となる距離で、具体的には1.2~3.5mとされています。また、くしゃみや咳で飛ぶ飛沫の距離は2~3mとされています。今回の新型コロナウイルス対策として、「2mの距離を保とう」といわれているのはそのためです。

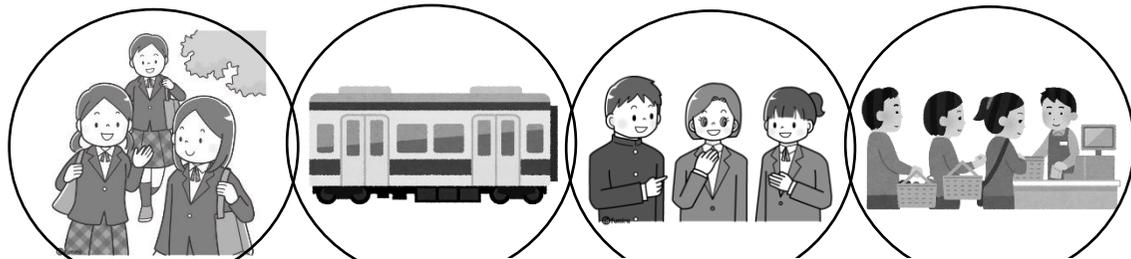
具体的には...

お互いに両手を広げてぶつからない距離を保ちます。



実際に先生方の腕の長さを測ってみたところ... 平均して約70cmでした。お互いに両手を広げてさらに少し離れるというのがポイントです。

どんな場面で社会的距離が必要??



登下校中

電車の中

友達とのおしゃべり

買い物でレジに並ぶ

この他にも様々な場面で社会的距離を保つことが求められています。お互いに必要以上に近づきすぎない!!

臨時休業が長引いていますが、皆さんどのように過ごしていますか?

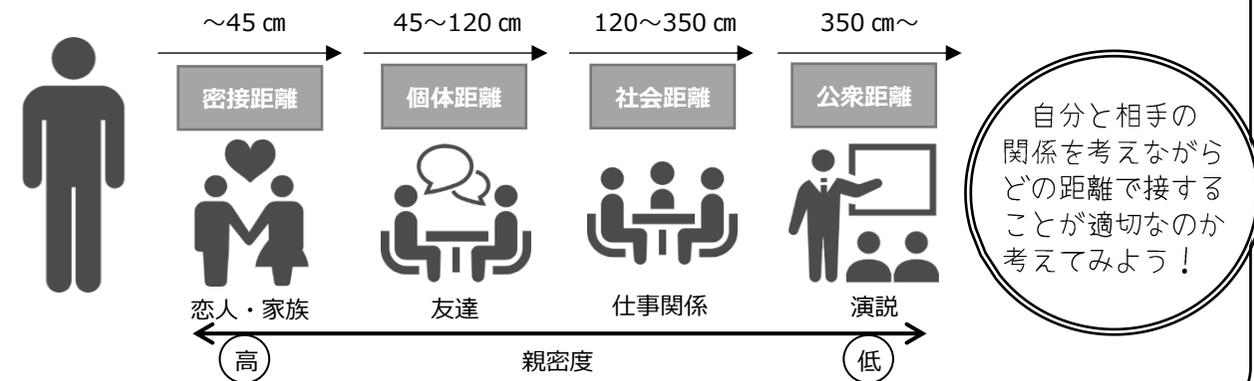
まさかとは思いますが、遊び歩いたりなんかしていませんか?なぜ臨時休業が長くなっているのか、その意味をよく考えて行動してくださいね。今は我慢の時期ですが、終わりは必ずあります。どのような行動をとったらいいのかをよく考えて過ごすようにしましょうね。

ソーシャルディスタンスについて説明したのでついでに...

パーソナルスペースについても知ろう!

パーソナルスペース(個人空間)とは相手の侵入を許せる空間の事を言います。人はそれぞれ目には見えないテリトリーを持っていて、そこに相手が侵入すると不快に感じる事があります。パーソナルスペースは親密な人ほど狭くなり逆に他人になればなるほど広がります。ですので、親密じゃない人の距離が近すぎると相手との距離感がおかしくなり、関係が悪化してしまうことも...

「4つの距離」を知って、相手に不快な思いをさせないようにしよう!



さらに詳しく知りたい人は保健室へ。

お知らせ

【境町からのマスクインナー寄贈について】

境町のご厚意により、皆さんが安心して学校生活を送れるよう、マスクインナーが寄贈されました。洗って再利用することができ、ウイルス低減効果があるということです。1人1セット(5枚入り)を配布しますので活用してください。詳しくはマスクインナーのチラシをよく読んでくださいね。



高萩市

<茨城県>

境町は
ここにありませ