生徒・保護者のみなさまへ

保健だより

令和2年4月20日　笹原中学校保健室発行　No.4

ユニークに、ソーシャルディスタンス！　今は、距離を保って

『ソーシャルディスタンス』 直訳すると、「社会的距離」。感染症の拡大を防ぐために、人混みを避けたり、自宅にとどまったりして、人との距離をとることを指します。どのくらいの距離かというと、**お互いが手を伸ばしたら届く距離、少なくとも 2 メートルが目安**です。いろいろな例えや、キャッチフレーズ、お店でも工夫がされています。一人一人が実行できる対策です。協力しましょう。

「例えるなら、パンダ 1 頭分の距離。」
環境保全団体 WWF より
人と人との間にパンダが 1 頭いるところを想像すると、なんだか癒やされますね。ほっこり、しっかり、対策しよう！

「距離を置くのが、つながり続ける一番の方法」　マクドナルド、コカコーラより
物理的な距離はあっても、近くにいる。仲が悪いわけではありません。大切だからこそ、思いやりを持ちたいです。

「いたるところに足跡が出現」
スーパーやコンビニのレジ前より
一定の距離を保つため、レジ前などに見かけませんか。それぞれの立場で、自分と相手を守るため、工夫をしています。

保健室からひとりごと

表情を表す時に、日本では目元を、欧米では口元を重視するそうです。顔文字にも違いがあり、日本では(^_^)(>_<)(@_@)のように、目のパーツで、欧米では、:-)(笑い)、:-((怒り)、:-P(舌を出してる)など、口のパーツを変えて表現します。マスク文化のない欧米と言われますが、口が隠れるマスクは、日本でいうと全員が真っ黒なサングラスを付けて過ごしているようなものなのかもしれません。確かに異様で怖い光景だなぁと思ってしまいました。そんな中、世界中が感染を抑えたいと頑張っています。こんな時こそ、いつもより、少しオーバーにアイコンタクトをして、不安な毎日も、前向きに過ごしたいですね(^-^)v

口角をあげて過ごしましょう

マスクの中で見えないけれど、疲れたなと思ったら、にっこり。無理にでも、笑顔になると、不思議と気分もあがります。もちろん、目も笑って。