

あつたかハートで 乗り越えよう

新型コロナウイルス感染症に
負けない心と体をつくる

新型コロナウイルスに
負けないためにできることって
なんだろう？

よ～く考えて、○か×で答えよう！

もんだい①

マスクをつける。



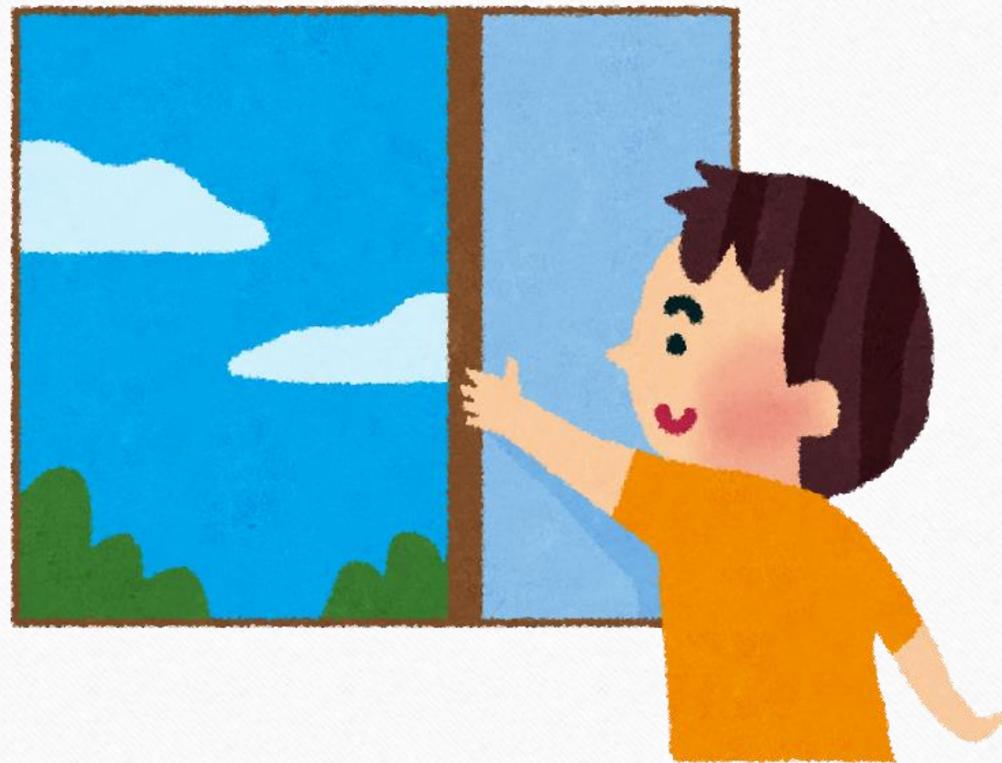
もんだい②

手あらい・うがいを
こまめにする。



もんだい③

風通しをよくして
空気を入れかえる。



もんだい④

運動をして
体力をつける。



もんだい⑤

すききらいをせずに、
しっかり食べる。



もんだい⑥

せきエチケットに
気をつける。



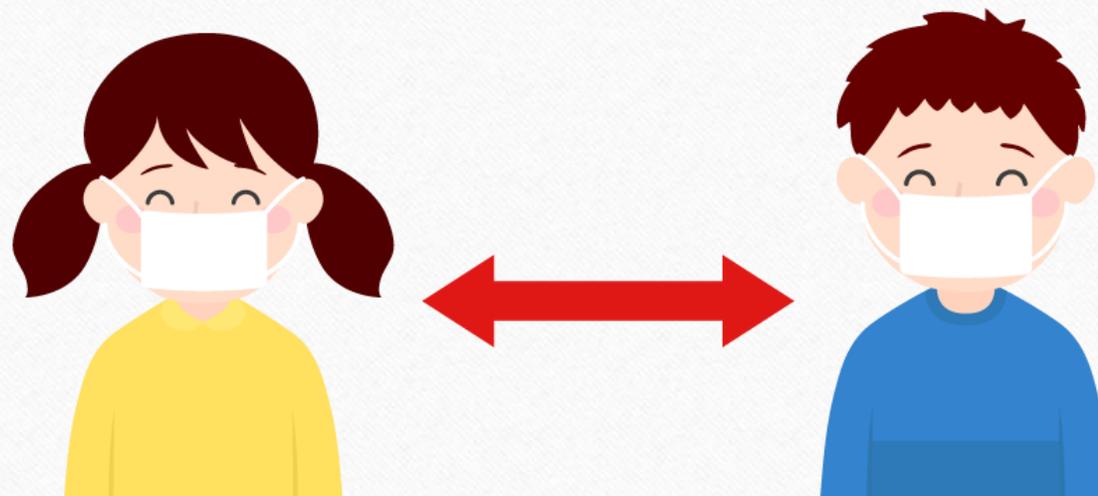
もんだい⑦

こんでいるところには
行かないようにする。



もんだい⑧

人とのきよりを
あける。



もんだい⑨

「新型コロナウイルスにかかっているのではないか。」
とうわさする。



もんだい⑩



あの子、
せきしているから、
近づかないよう
にしよう！



ぜんそくや花粉症などで
せきをしている人を
さける。

もんだい⑪

新型コロナウイルスにかかってしまった人の悪口や個人情報を広める。



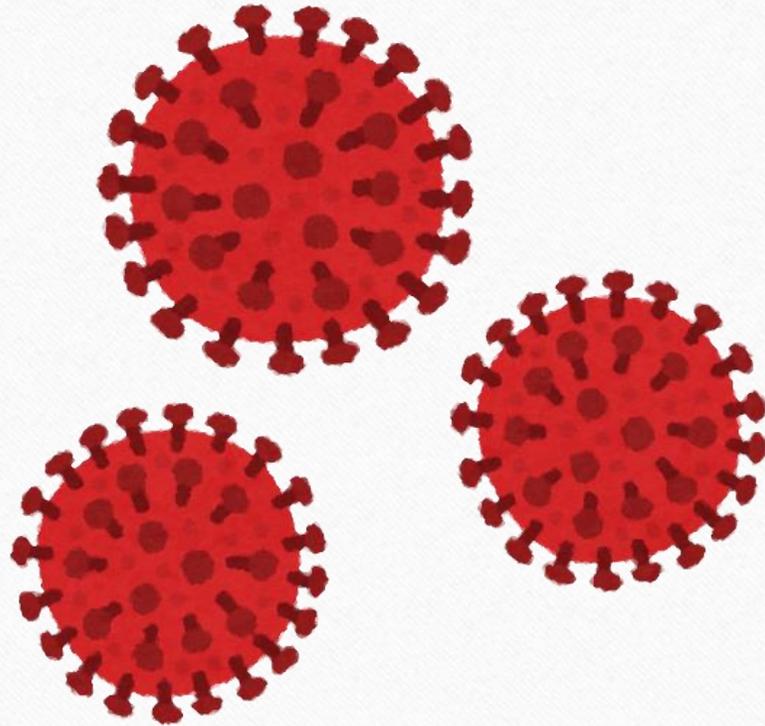
みんなの「心」は元気かな・・・？

新型コロナウイルスによって、
『心がきずついている人』
『だれかの心をきずつけている人』
がいます。

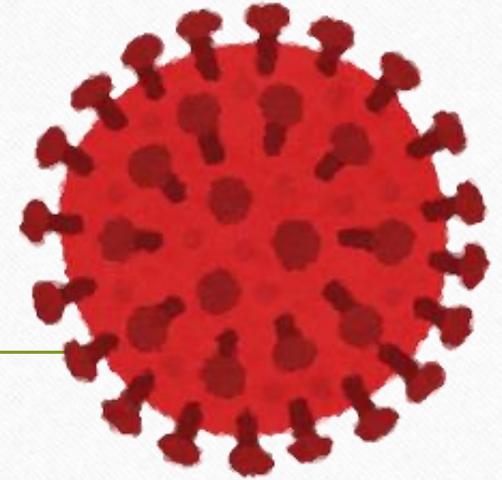
どうしてだれかをきずつけてしまうの？



新型コロナウイルスによる 『3つの感染症』

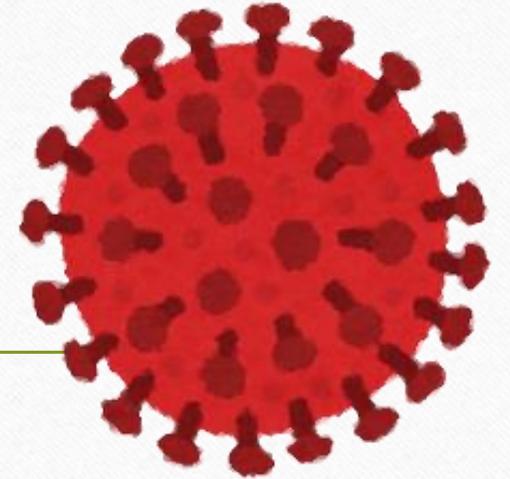


① 「病気」が感染



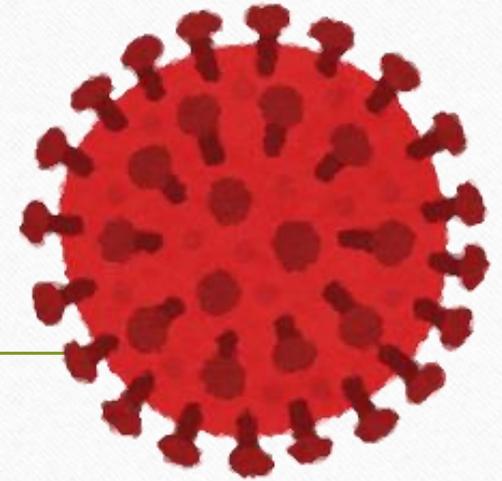
- 人から人にうつる病気。
- 感染すると、かぜのような症状になったり、ひどくなると、肺炎を起こしたりする。

② 「不安」が感染



- 「ウイルスが見えない」「ぜったいにきく薬やワクチンがまだできていない」ために、不安になったり、こわいと感じたりする。
- まだわからないことばかりなので、いろいろな情報にふりまわされて、不安がどんどん大きくなっていく。

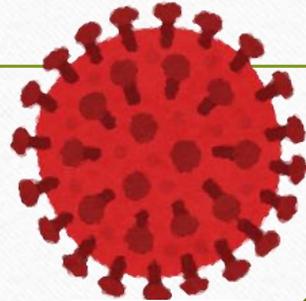
③ 「差別」が感染



- ・不安な気持ちやこわいと思う気持ちが大きくなると、だれかにいじわるをして安心したくなる。
- ・うわさやデマ(つくり話)を信じやすくなる。

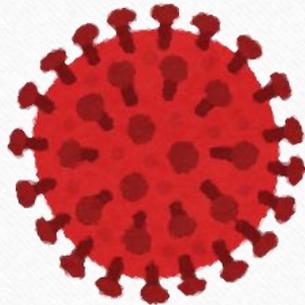
3つの感染症は こうやって どんどん力をつけていく...

「ちょっと具合が悪いけれど、
いじわるされるから、みんな
には言えない...。」
「だまっていよう...。」



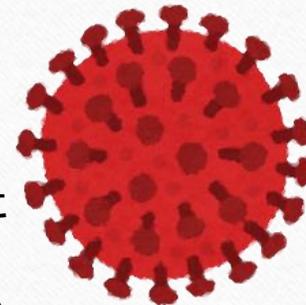
病気

「ウイルスがどこにいるか
わからない...。」
「かかってしまったらどう
しよう...。」



差別

「かかっている人とは近づきた
くないな...。」
「みんなルールを守っているの
に、守らない人はゆるせない
...。」



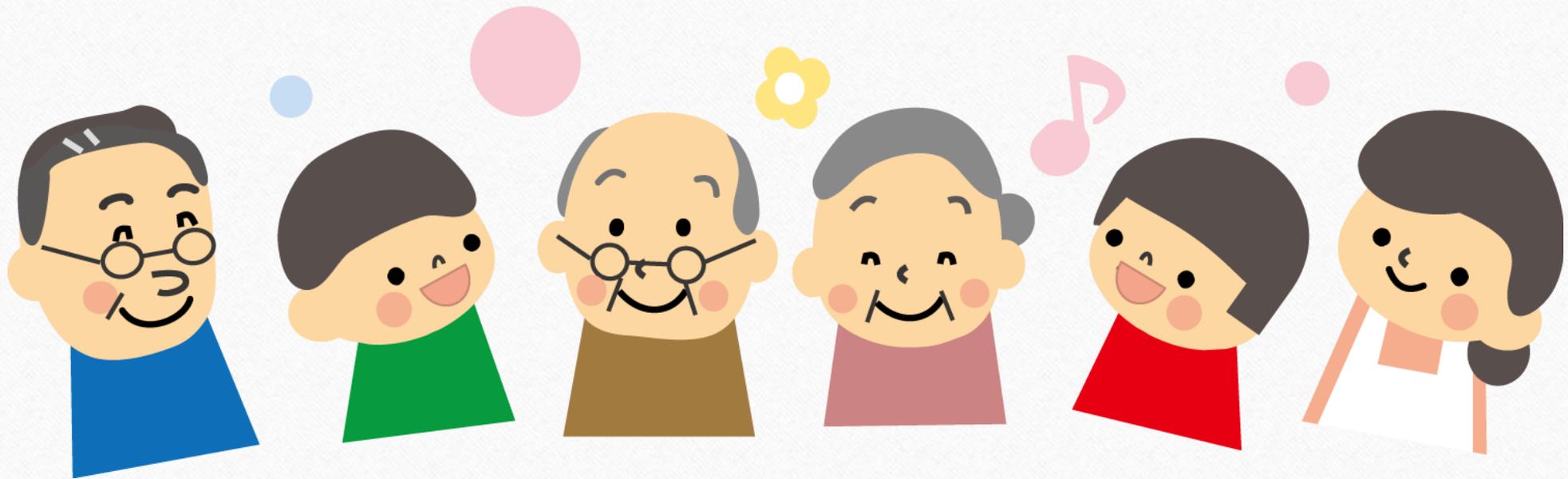
不安

だれかをきずつけても・・・

ウイルスには勝てません。
がんばろうとしている人が
つかれてしまうだけ・・・。

これでは、ウイルスに負けてしまいますね。

コロナに負けない社会をつくるために ひとりひとりにできること



① 「病気」に感染しないために



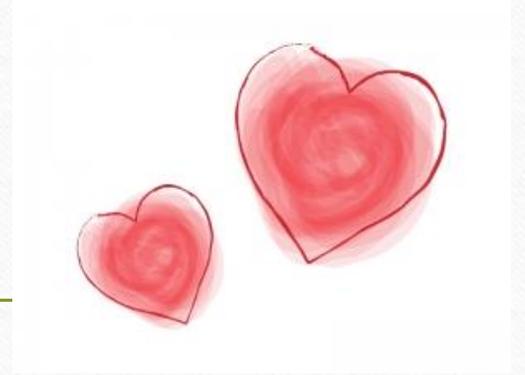
- ・手洗い・うがい・かん気
- ・マスク・せきエチケット
- ・人ごみに行かない

② 「不安」に振りまわされないために

- ・安心できる人とたくさん話す
- ・今だからこそ できることにちょうせんする
- ・ウイルスにかんする情報を見すぎないようにする



③ 「差別」をしないために



- 本当に正しい情報かをよくたしかめる
- いじわるな言葉や行動をしている人がいても、ぜったいに一緒にやらない
- 先生やかぞくにそうだんする

みんなのために がんばってくれている人がいます

病院で
はたらく人

なおそうと
がんばっている
人とその家族

休校中に子どもを
家で見てくれる人

学童や保育園で
はたらく人

仕事がへって大変だけれど、
いろいろとくふうして
がんばっている人

やりたいことや
行きたいところがあるけれど、今は
がまんしている人

みんなが生活する
ために仕事をつづける人

あったかハートで ひとつになろう！

ウイルスとのたたかいは、長くなるかもしれません。

こんなときだからこそ、**感謝の気持ち・相手を大切にする気持ち**をもって、みんなで乗り越えましょう！



【参考】

**日本赤十字社「新型コロナウイルスの3つの顔を知ろう！
～負のスパイラルを断ち切るために～」**

http://www.jrc.or.jp/activity/saigai/news/200326_006124.html