

ほけんだより りんじ号

(4.5.6年生用)

新型コロナウイルス感染症のよぼう

しんがた
◎新型コロナウイルスについて



どのようにかかるの？

「ひまつ感染」と「せつしょく感染」だと言われています。

ひまつ感染…ウイルスをふくんだつばや鼻水などの細かいしぶきが
かかり感染

せつしょく感染…ウイルスのついた手で、鼻や口、目をさわることで感染



かかったときの体のようす

発熱、せきがでる、体がだるくなる、味やにおいが分からなくなる、
げりになるなど様々です。

かぜやインフルエンザとちがうところは、長く続くことです。

かぜはだいたい4日ほどで元気になりますが、新型コロナウイルスは
4日以上つづきます。



かかったときに重症化しやすいのは…？ ※重症化…症状が重くなること

高齢者や、もともと病気がある人です。

しかし、子どもや年齢の若い人は重症化しにくいからといって安心してはいけません。重症化してしまうこともありますし、知らない間に周りの人に感染させてしまい、重症化させてしまうことがあります。

③ ^{しんがた}新型コロナウイルスにかからないために

① ^て手をあらおう

・石けんを使ってあらい、きれいなタオルなどでふく。

※水^{みず}だけでサツとあらうのではダメ

・外^{そと}から帰ったあと、ごはん^たを食べるとき、せきやくしゃみをしたときにあらう。



② ^{せき}エチケットをまもろう

・せきエチケットって聞いたことがあるかな？せきやくしゃみをしたときにウイルスがとびちるのを、「マスクをする」、「ティッシュやハンカチでおさえる」、「うででおさえる」この3つの方法で防ぐことです。

※手^てでおさえるのは、手^てにウイルスがつくので×



③ マスクはただしくつけよう

1 マスクの上の部分^うを、鼻^{はな}に合わせる。

2 ヒモ^{ひも}を耳^{みみ}にかけて、あご^{あご}の下^{した}までマスクでおおう。



④ ^{みつ}3密^{ふせ}を防ぐ

3密^{みつ}…『密閉^{みつぺい}』『密集^{みつじゅう}』『密接^{みつせつ}』の3つの密のこと



×「しめきった場所」



×「人が集まる」



×「近くで人と話をする」

3密を防ぐために…

・部屋のかんきをよくする。

・大人数で集まらない、集まる場所に行かない。

・近くで話したり、声を出さない。距離^{きょり}をあける。(ソーシャルディスタンスと言います。)