

ありたしょうがっこう

有田小学校のみなさんへ

～ しんがたころなういるすかんせんしょう よぼう ぼうし
新型コロナウイルス感染症の予防といじめの防止について ～

有田町立有田小学校

【おねがい】

しんがたころなういるすかんせんしょう した ほうほう き
新型コロナウイルス感染症にかからないためには、下にあるような方法で、気をつけて
せいかつ たいせつ
生活することが大切です。

そして、みなさんが絶対にしてはいけないことがあります。それは、しんがたころなういるす
かんせんしょう ひと かぞく こころ きず い さべつ
どの感染症にかかってしまった人やその家族の心を傷つけるようなことを言ったり、差別
したりすることです。また、しんがたころなういるす ひろ
新型コロナウイルスが広がらないようにいっしょうけんめい 働
ている人たちに対して、たい きず こうどう ことば
傷つけるような行動をしたり、言葉を言ったりすることです。

ふあん きも ひと こえ ささ き
不安な気持ちになっている人には、やさしく声をかけ、支えてあげてください。もし、気に
ようす み せんせい おとな ひと つた
なる様子を見かけたら、先生や大人の人に伝えてください。

あいて きも かんが おも こころ こうどう じぶん きず
相手の気持ちを考えて、思いやりの心をもって行動しましょう。もし、自分が傷つけられ
まわ ひと きず み かなら せんせい おとな そうだん
たり、周りの人が傷つけられているのを見たりしたら、必ず先生や大人に相談してください。

【感染を予防するために】

かんせん よぼう)
○ まいあさ たいおん はか ねつ たいちょう よ じたく やす
毎朝、体温を測り、熱があるときや体調が良くないときは、自宅でゆっくり休みましょ
う。

○ せつけん て あら
こまめに石鹸で手を洗いましょう。

○ まど くうき い
窓をあけて、空気の入替えをしましょう。

○ どうげこうちゅう がっこう なか ますく あつ ねつ
登下校中や学校の中では、マスクをしましょう。これからだんだん暑くなり、熱がこも
ねっちゅうしょう しんばい ひと はな ますく こきゅう ととの すいぶん
って熱中症になる心配もあります。人と離れてマスクをはずし呼吸を整えたり、水分
ねっちゅうしょう
をまめにとったりして、熱中症にも気をつけましょう。

○ すいみん てきど うんどう ばらんす と しょくじ こころ
睡眠をしっかりととり、適度な運動やバランスの取れた食事を心がけましょう。

○ みつ こころ
「3つの密※」にならないよう心がけましょう。

※ ● くうき い か ぼしよ みつべい
● 空気の入替えをしていないせまい場所に行かない(密閉)

● ひと あつ ぼしよ みつしゅう
● たくさんの人が集まる場所に行かない(密集)

● ひと はなし ちか みつせつ
● 人と話をするとき近づきすぎない(密接)

【心配なことや困ったことがあったときは】

○ せんせい かぞく そうだん
先生や家族に相談しましょう。

○ そうだん ばあい こころ てれほん ほっとらいん そうだんまどぐち
相談しにくい場合は、「心のテレホン」や「いじめホットライン」などの相談窓口があり
ます。くわしくは、うら こころ そうだんまどぐち み
裏の「心の相談窓口」を見てください。