

じどうせいと  
児童生徒のみなさんへ  
～ 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 ～

鳥栖市教育委員会  
鳥栖市立鳥栖中学校

【おねがい】

かんせんしょう ふせ した ほうほう かんせん よぼう じぶんじしん けんこう  
感染症を防ぐためには、下にあるような方法で、感染を予防し、自分自身の健康をし  
っかり管理することが大切です。

ぜったい しんがた  
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、新型  
ころなういるす かんせんしょう かか ひと かぞく こころ きず  
コロナウイルスなどの感染症に罹ってしまった人やそのご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、新型コロナウイルスの感染拡大防止  
む けんめい はたら かぞく なかも きず げんどう  
に向けて、懸命に働いているご家族をもつみなさんの仲間を傷つけるような言動です。

ふあん きも かか ひと こえ ささ  
不安な気持ちを抱えている人には、やさしく声をかけ、支えてあげてください。もし、  
き ようす み せんせい おとな ひと つた  
気に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 たちば た おも こころ こうどう  
相手の立場に立って、思いやりの心をもって行動しましょう。

もし、傷つけられてしまったら、必ず先生や信頼できる大人に相談してください。

【感染を予防するために】

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。

せっけん て あら  
○ こまめに石鹼で手を洗いましょう。

せき で ますく ますく て いっしゅ  
○ 咳やくしゃみが出るときは、マスクをしましょう。マスクがないときは、ティッシュ  
はん かち ようふく くち はな おお  
やハンカチ、洋服のそでなどで口と鼻を覆いましょう。

きんきより かいわ はっせい さい ますく  
○ 近距離での会話や発声の際は、マスクをしましょう。

じゅうぶん すいみん てきど うんどう ばらんす と しょくじ こころ  
○ 十分な睡眠、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。

かんき わる みつべいくうかん  
※ ●換気の悪い密閉空間

たすう あつ みつしゅうばしょ  
●多数が集まる密集場所

まちか かいわ はっせい みつせつばめん  
●間近で会話や発声をする密接場面

【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 ぱあい こころ てれほん ほつとらいん 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。

べっし こころ そうだんまどぐち み  
※ くわしくは、別紙「心の相談窓口」を見てください。