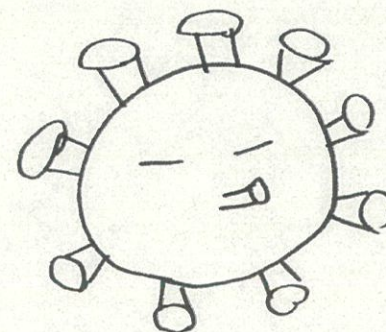
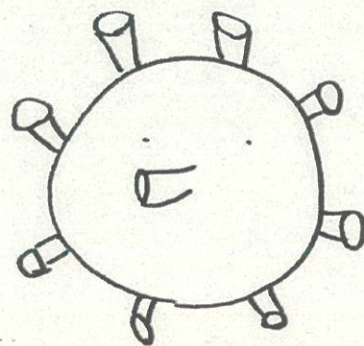
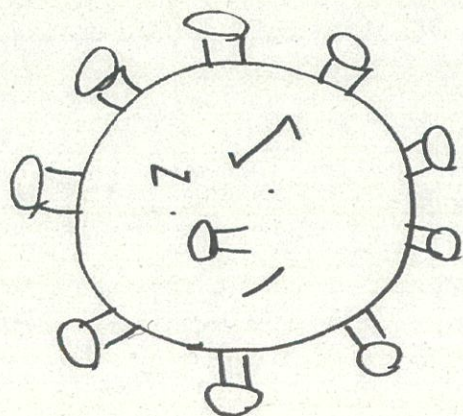


新型コロナウイルスの3つの顔を知ろう！

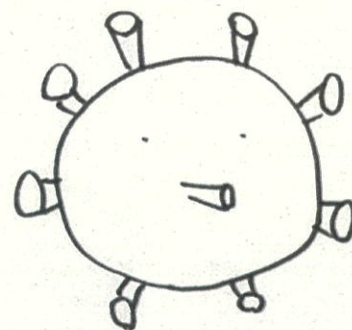
～負のスパイラルを断ち切るために～

振り返りシート

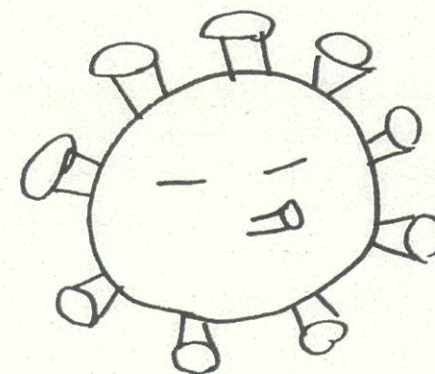
新型の
コロナです



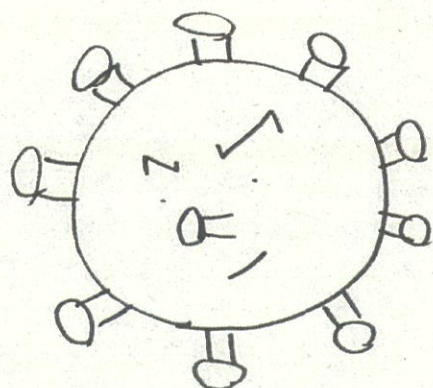
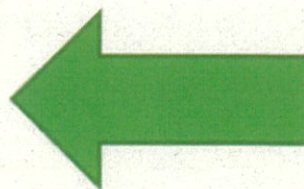
3つの“感染症”とは？



第1の“感染症”
「 」



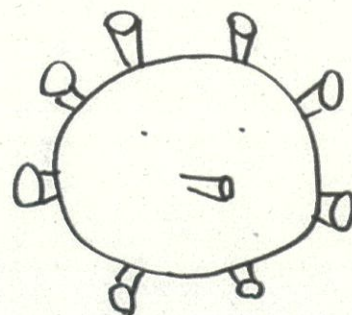
第2の“感染症”
「 」



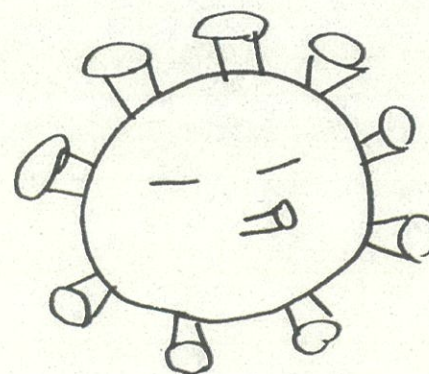
第3の“感染症”
「 」

第1と第2の“感染症”は

どうつながっているの？



第1の“感染症”
「病気」



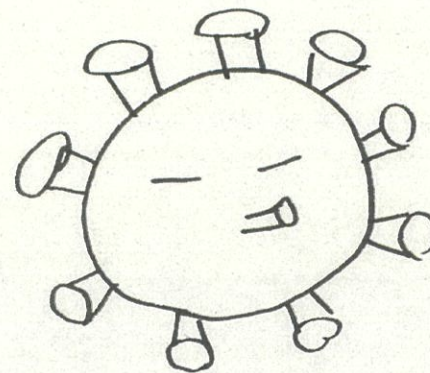
第2の“感染症”
「不安」

第1の“感染症”はどのようにして第2の“感染症”を引き起こすのでしょうか？

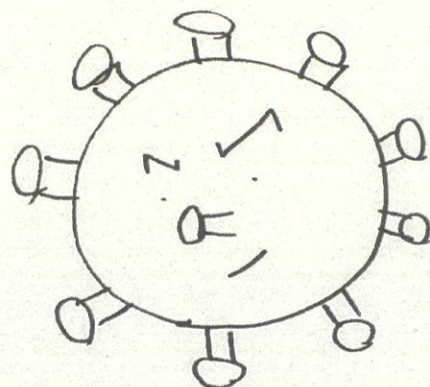
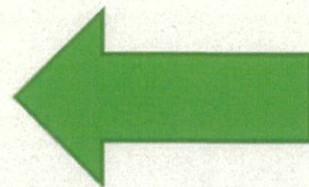
答え：

第2と第3の感染症は

どうつながっているの？



第2の“感染症”
「不安」



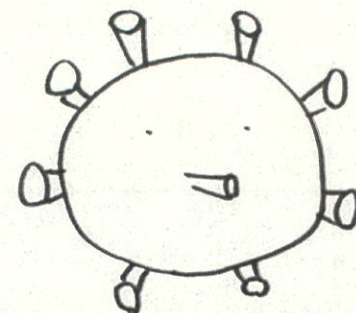
第3の“感染症”
「差別」

第2の“感染症”はどのようにして第3の“感染症”を引き起こすのでしょうか？

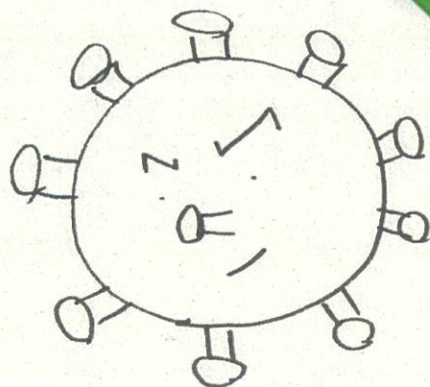
答え：

第3の“感染症”はどのようにして第1の“感染症”の拡大を引き起こすのでしょうか？

答え：



第1の“感染症”
「病気」



第3の“感染症”
「差別」

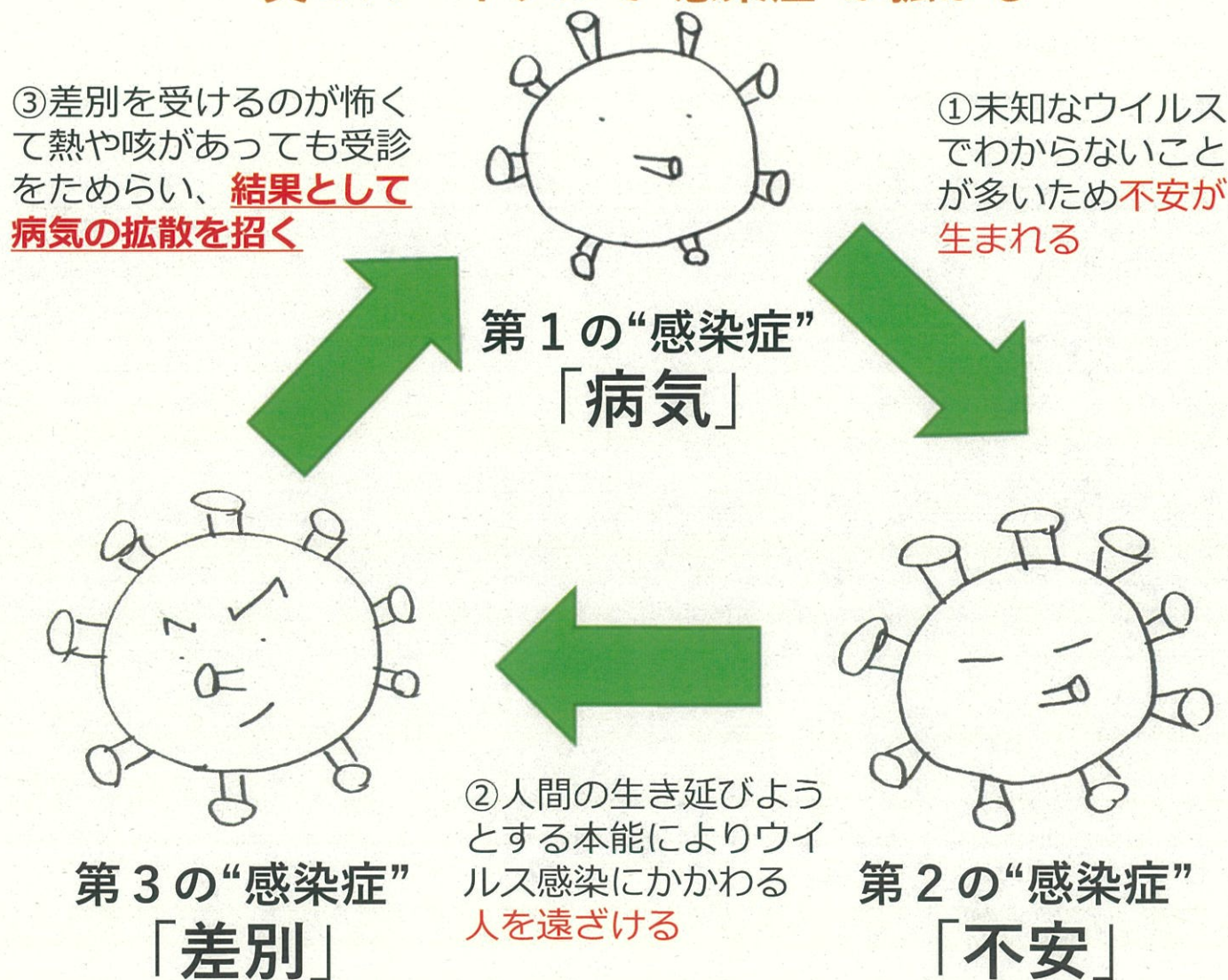


第3と第1の感染症は
どうつながっているの？

3つの“感染症”は

どうつながっているの？

負のスパイラルで“感染症”が広がる



この“感染症”の怖いところを一人一人が理解して感染の予防に努めることが大切です。

皆さんも、

ウイルスに関する悪い情報ばかりに目が向いていたり、なにかとウイルスに結び付けて考えたりしていませんか？

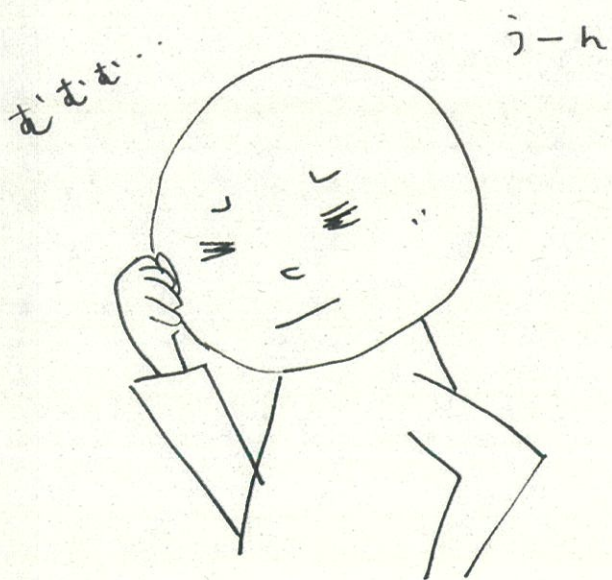
「あの人咳してる・・・コロナなんじゃない」

「あの地域はコロナが流行っているからあそこ
のものを買うのはやめよう・・・」

「熱があるけど怖いから黙っていよう・・・」

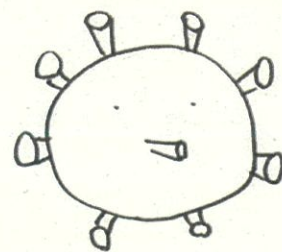
このように思い、行動することから “感
染症” は広がっていきます。

これらの“感染症”をふせぐために、
私たちはどのような工夫ができる
のでしょうか？

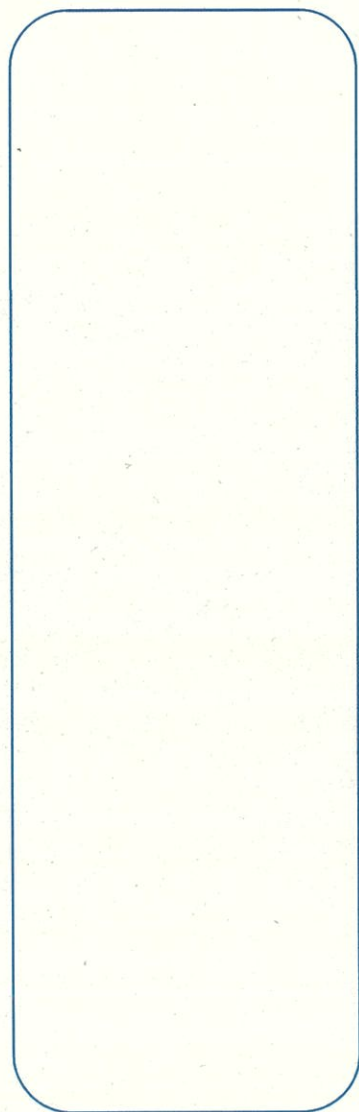


第1の“感染症”を

ふせぐために



最近いつ手を洗いましたか？何秒洗いましたか？



こまめな手洗いを心がけましょう！

水だけではなく、石鹸も使うようにしましょう。
アルコール消毒も効果的です。

1回で30秒以上は洗うようにしましょう。



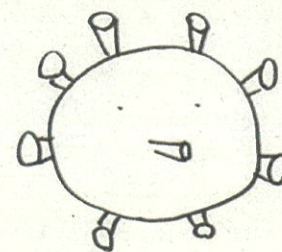
手洗いの仕方
を改めて確認
しよう！



第1の“感染症”を

ふせぐために

咳をするときの正しい仕方を選んでください。



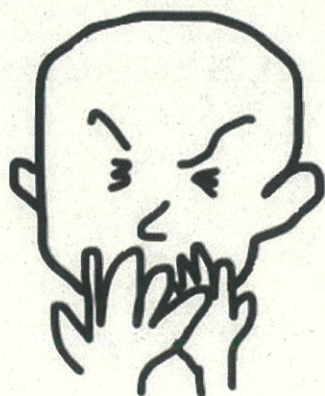
()



()



()



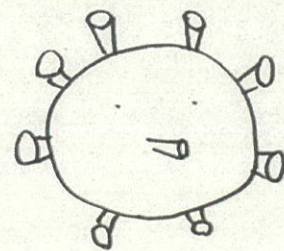
()



()

第1の“感染症”を

ふせぐために



新型コロナウイルス感染予防のために言われている「三密」とはなんですか？

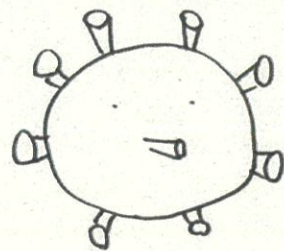
家や教室の換気はしましたか？

多くの人が集まるような場所は避けていますか？

友達と話すときに距離を意識しましたか？一定時間以上多くの人と話すとき、どのくらいの距離を保つことが理想でしょうか？

第1の“感染症”を

ふせぐために



1人1人が衛生行動を徹底しましょう。

「手洗い」

「咳エチケット」

「人混みを避ける」

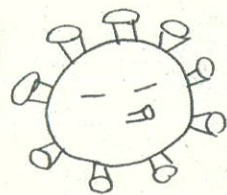
など、

ウイルスに立ち向かうための行動を、

自分のためだけではなく周りの人のため
にもすることが大切です。



第2の“感染症”に



ふりまわされないために

不安や恐れは身を守る為に必要な

感情ですが、不安や恐れは私たちの

気づく力

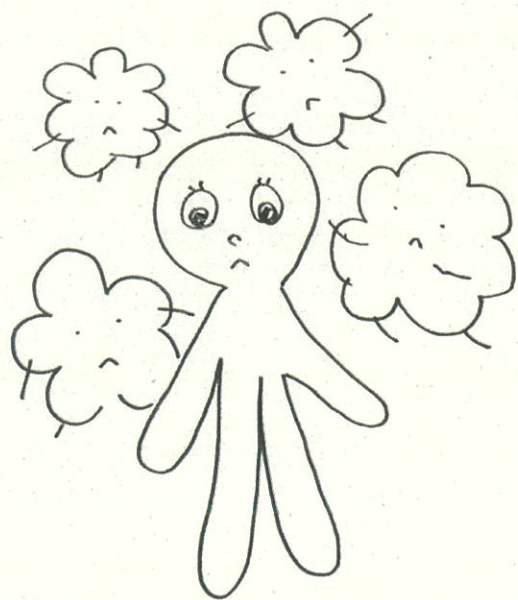
聴く力

自分を支える力

を弱め、私たちから力を奪い、

時に冷静な対応ができなくなることも

もあります。

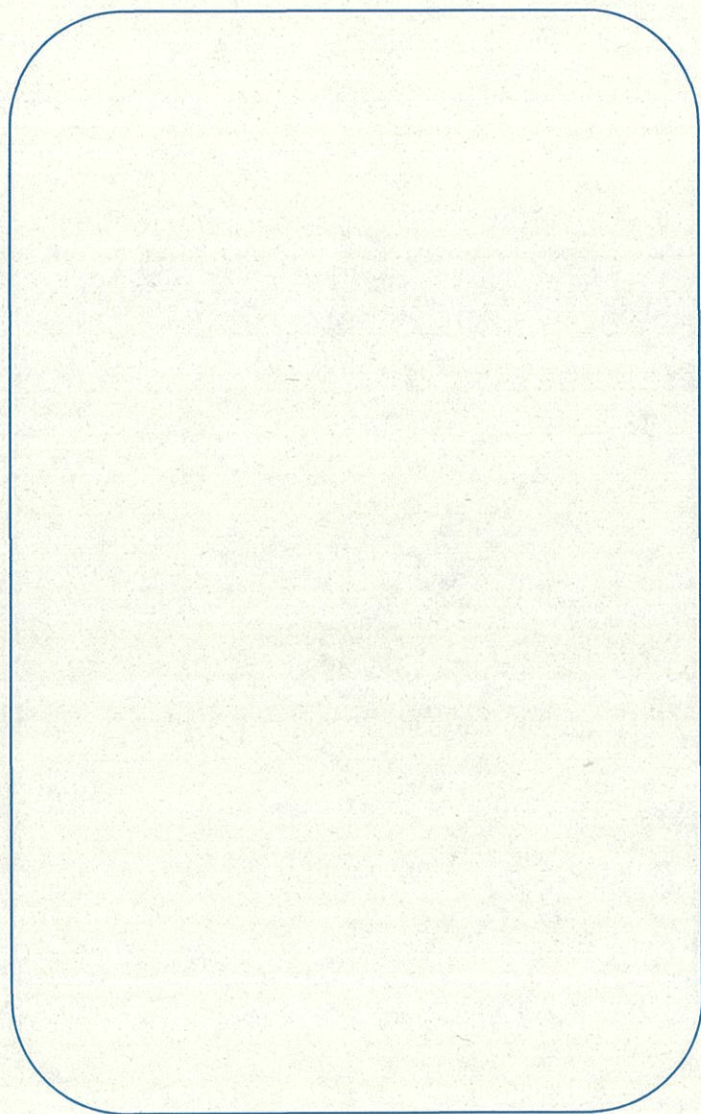


第2の“感染症”にふりまわされないために

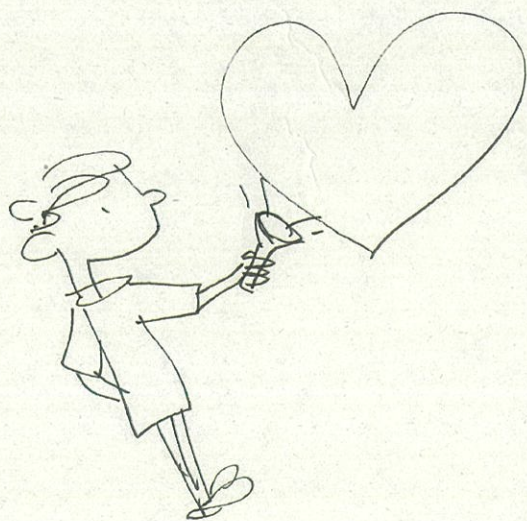
気づく力を高める

まずは自分を見つめてみましょう

今、自分自身はどういう状況にいますか？
その状況の中でどういう思いがわいてきますか？



自分の心にサーチライトをあててみる

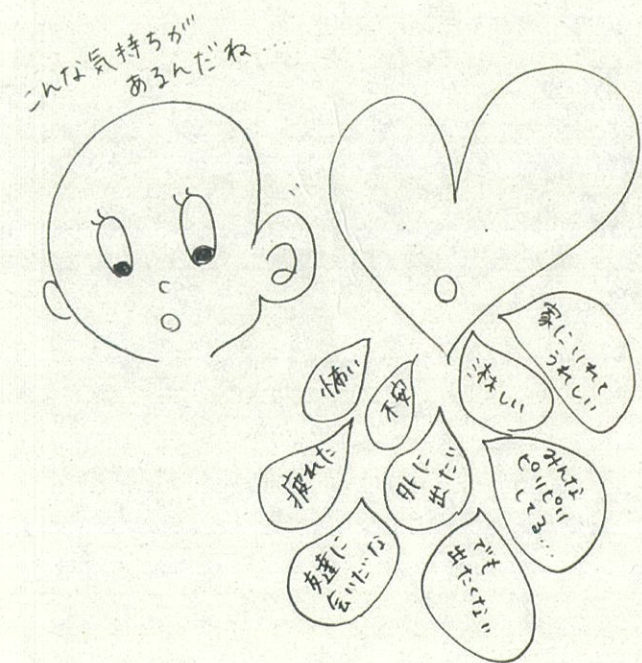


第2の“感染症”にふりまわされないために

聴く力を高める

自分自身にどんな変化が起きているのか、
心の声を聴いてみましょう。

いつもの自分と違う所はありませんか？
いつも通りに続けられていること
はありますか？



第2の“感染症”にふりまわされないために

15

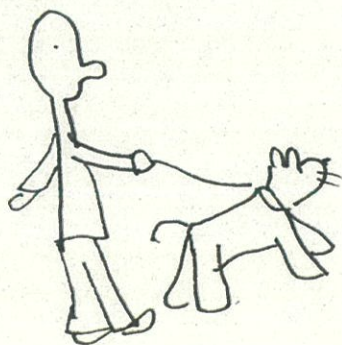
自分を支える力を高める

自分の安全や健康のために必要なことを
自ら選択してみましよう

自分のやりたいことに時間を使えて
いますか？

気分転換のためなどに何か特別に
やっていることはありますか？

お散歩しよう



第3の“感染症”を

ふせぐために

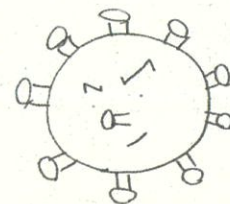
あなただったらどうしますか？

SNSを見てみると、

「拡散希望！ ●●病院の医師です。

××を飲むと、感染症が治ります！」

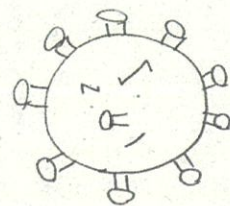
という投稿が流れてきた時。



※実際に日本赤十字社でも事例がありました。
確かな情報かどうかはホームページを見たり、
情報元を調べるなど、慎重に確かめる必要があります。

第3の“感染症”を

ふせぐために

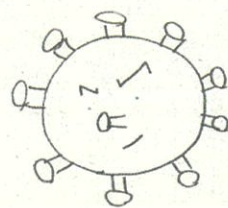


あなたはこういう気持ちになりますか？

親友のお母さんは看護師さんで、病院で
一生懸命働いています。ある友達がその
親友に、「コロナがうつるからこっちこ
ないで」と言っていた時

第3の“感染症”を

ふせぐために



あなたの周りで、「第3の感染症」が
流行しているような例はありますか？

どのように対応すればいいでしょうか？

第3の“感染症”を

ふせぐために

みなさんそれぞれの場所で感染を拡大しないように頑張っています。

- ・小さな子どもがいる家庭
- ・高齢者
- ・治療を受けている人とその家族
- ・自宅待機している人
- ・医療従事者
- ・日常生活を送って社会を支えている人

この事態に対応しているすべての方々を

ねぎらい、敬意を払いましょう。

あなたが今できることは
何ですか？

まとめ

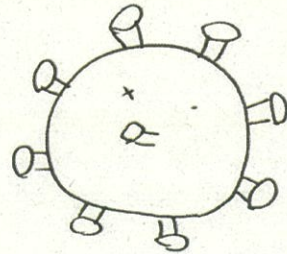
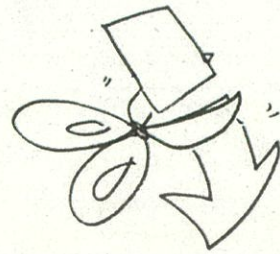
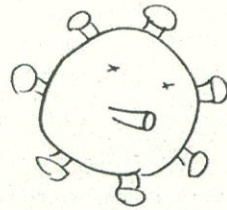
3つの“感染症”をみんなで
乗り越えていくために

このように、新型コロナウイルスは、3つの
“感染症”という顔を持って、私たちの生活に
影響を及ぼします。

このウイルスとの戦いは、長期戦になるかも
しれません。

それぞれの立場でできることを行い、
みんなが一つになって負のスパイラルを
断ち切りましょう！

第1（病気）



第2（不安）



第3（差別）

