

子どもたちへ（公共財団法人 日本ユニセフ協会 HP より）

① 不安になるのは、当然のこと

いつもとちがう状況のなかで、悲しくなったり、不安になったり、混乱したり、イライラしたり怒ったりするのは、当然のことです。

あなたはひとりではありません。お父さんやお母さん、先生など信頼できる人と、お話ししましょう。疑問に思うことがあったら聞きましょう。

正しい情報を聞くことは、あなたや家族、周りの人たちを守ることにもつながります。

② 自分と周りの人を守るために

石けんを使って、よく手を洗いましょう。20秒以上かけて洗うのが、効果的です。

むやみに顔をさわらないようにしましょう。

コップや食器、食べ物、飲み物を、他の人とシェアしてはいけません。

③ 一人ひとりが、感染を防ぐリーダーになろう。

咳エチケットや正しい手洗いなど、感染予防の方法を学んだら、おうちの人や友達、とくに弟や妹など小さな子どもたちに、その方法を見せて教えてあげましょう。

④ だれでも感染してしまう可能性があります。

新型コロナウイルス感染症(COVID-19)には、誰でもかかってしまう可能性があります。

住んでいるところや民族、年齢、性別、障がいなどは関係ありません。

具合が悪くなった人に対して、非難するようなことを言ったり、いじめたりしてはいけません。

⑤ がまんしないで伝えてね。

もし身体や心の調子が悪くなったら、おうちの人や面倒を見てくれるおとなの人に伝えましょう。そして身体の具合が悪いときには、外に出ずに家の中で過ごしてね。

保護者の皆様へ（公共財団法人 日本ユニセフ協会 HP より）

① 正しい情報を得てください。

新型コロナウイルス感染症(COVID-19)の感染経路や症状、予防方法等に関する正しい情報を、確かな情報源から得てください。口コミやインターネット上で広がる偽情報に注意しましょう。

新型コロナウイルスに関する情報は、日々アップデートされています。信頼のおける最新情報は、厚生労働省サイト(日本語)、またはWHOサイト(英語)・WHO神戸センターサイト(日本語)をご確認ください。

② 子どもたちの体調管理と感染予防を。

新型コロナウイルス感染症(COVID-19)の症状は、一般的な風邪と酷似しています。もしお子さんの具合が悪くなったら、医療機関の指示に基づいて受診しましょう。学校にも、症状を伝えてください。

お子さんには、わかりやすい言葉で状況を伝え、安心させてあげてください。

正しい手洗い、咳をするときに肘やティッシュで覆い、目や口を触らない、といった正しい衛生習慣を伝え、家でも学校でも実践できるように教えてください。

③ 子どもの心に寄り添ってください。

非日常の中で、子どもたちのストレスは様々な形であらわれます。眠れなくなったり、おなかが痛くなったり、引きこもりがちになったり怒りやすくなるお子さんもいるでしょう。

そうした反応を優しく受け止め、こうした状況では当然のことであると説明してください。

お子さんの心配事に耳を傾け、慰め、たくさん褒めてあげてください。

可能であれば、遊んだりリラックスする機会をつくってください。

年齢に応じた情報を与え、何が起きているのか、自分の身を守るために何ができるのかを話してあげましょう。



ユニセフ協会 HP の「新型コロナウイルス感染症(COVID-19)ユニセフの対応」もぜひご覧ください。