

## 新型コロナウイルスと臨時休校について（児童用）

### 新型コロナウイルスってなあに？

発熱やのどの痛み、せきが長引き、強いだるさが表れる特徴のある病気です。感染しても軽くすんだり治ったりする例もありますが、重症化すると肺炎になり、死亡する危険も高いです。感染者のくしゃみやせき、つば、またウイルスがついた手でものにふれ、ほかの人がそれにふれることでうつってしまうことがあります。

### どうして学校がお休みになるの？

日本のいろいろなところで、どうやってうつったのかははっきりしない患者がでていて、その数が増えているためです。感染の流行を早く終わらせるためには、集団による感染とその広がりを防ぐことがとても重要です。そして、この1、2週間がたいへん重要な時期です。学校のように、日常的に、長時間、集団で生活する場所では、感染リスクが高まると考えられます。みなさんの健康、安全を何よりも一番に考えなければなりません。命を守るために学校がお休みになるのです。

### 新型コロナウイルスにかからないようにするにはどうすればいいの？

まずは手洗いが大切です。外から帰ってきたときや食事の時などにこまめに石けんやアルコール消毒液などで手を洗いましょう。学校で習ったように、机やイスなどをアルコールでふくのもよいです。せきなどの症状がある方は、マスク着用等の咳エチケットを行ってください。また、人ごみの多い場所、換気が悪く集団で集まって過ごすような空間に長時間いることはさげましょう。1時間に1回以上、5分間ぐらい部屋の空気を入れかえるのがよいそうです。十分な睡眠をとるのも重要です。



### 学校がお休みの間、なにをすればいいの？

病気にかからない健康な体作りのためには、規則正しい生活が大切です。いつも通り早寝、早起き、朝ごはんを心がけましょう。また、午前中は、3月の時間割に従って学習しましょう。室内で適度に運動し、健康的にすごしましょう。友人宅やゲームセンターなどへの外出はやめましょう。

### でも一人で学習ってどうやればいいの？

みなさんはこれまでに、自分で目標をもち、計画を立てて実行し、振り返り、また新たな目標をもって取り組む、といった経験を何度もしてきました。自分で考え、自分で判断し実行する力があります。その力を使って、復習や、まだ勉強が終わってなかったところの予習を行いましょう。先生から渡されたプリントを活用したり、これまでにやったテストをやり直したり、ドリルで学習したりするのもよいでしょう。また、おうちでインターネットができる環境であれば、いろいろなサイトを活用して学習することもできます。

### 勉強でわからないことがあったらどうしたらいいの？

学校にいる先生に電話で聞くことができます。また、学校からみなさんのおうちへ様子をうかがうためにお電話したり家庭訪問したりします。その時に教えることができるので、困ったら聞いてください。

### 家の中にずっといたらゲームばかりやってしまいそう・・・

おうちでの過ごし方のルールについては、おうちの人と相談して決めましょう。ゲームばかりしていたらいけないことは自分でもよくわかっているはずですが、自分で自分をコントロールできる人になりましょう。室内で軽くストレッチや運動をしたり、読書や家の手伝いをしたりと、できることはいろいろありそうです。

### 新型コロナウイルスにかかってしまったかも・・・

風邪の症状や 37.5℃以上の発熱が4日続いている、強いだるさや息苦しさ（呼吸困難）があるなどの場合は、おうちの人に相談し指示にしましょう。新型コロナウイルスに感染していると診断された場合は、すぐに学校へ連絡をください。

### まだ学校にたくさん荷物が残っているんだけど・・・

3月4日（水）～10日（火）までの1週間、午前7時30分～午後5時30分までの間に、おうちの人のお付き添いのもと、荷物を取りに来ることができます。その場合、職員室にいる担任の先生に声をかけてください。

### 次に学校に行くのはいつ？

今のところ、次の登校日は3月23日（月）です。1～5年生は通常通りの登校です。6年生は、卒業式のため、8時30分までに登校です。なお、予定が変わった場合はマチコミメールとポータルサイトでお知らせします。

### わからないことや不安なこと・困ったことがあったら先生にきいてもいい？

もちろん大丈夫です。学校にお電話ください。33-3144 です。学校のほかにも、みなさんの相談にのってくれるところがあります。ふくしま24時間子どもSOS 0120-916-024、ダイヤルSOS 0120-453-141 です。

ピンチはチャンス！  
自分の健康を守り、  
自分でしっかりと生活する習慣を身につける期間としてがんばりましょう！

