

# コロナと うまく つきあおう！

～わたしたちに できること～

磐田西小学校

1

## ～もくじ～

- ☆コロナウイルスとは？
- ☆コロナウイルスにかかると どうなるの？
- ☆ウイルスは どうやってうつるの？
- ☆いま、わたしたちにできることは？

2

## そもそも…ウイルスって なに？

- ▶ ウイルスは、1円玉の20万分の1ほどの大きさで、とてもとても小さい。人や動物の細胞に忍び込み、勝手に自分のコピーをつくっていく。
- ▶ 人から人、動物どうしでもうつるから、とてもこわいものなんだ。

3

## コロナウイルスの作りとは？

- ウイルスのなかみ。
- あぶらの膜（まく）、ウイルスのいれもの。
- 人や動物の細胞に入りこむための突起（とっき）が、かんむり菌（コロナ）のようにみえるから、コロナウイルスとよばれている。

4

## コロナウイルスに かかると どうなるの？

小さな小さなウイルスは、体に入ると細胞をこわしてしまいます！！

**ねつがでる だるくなる**

ウイルスから体を守るためのこうげき  
が、自分のからだをきずつけてしまう  
こともあります。

**せきが できる  
いきが くるしくなる…**

5

## コロナウイルスは なおらないの？

コロナウイルスにかかっても、げんきな ひともあります。

**なおす ほうほうを、世界中の人たちが一生けんめい さがしています。**

げんきでも、人にうつす力をもっているところが、コロナウイルスのこわいところです。

**くすりか できるまで  
うつらない・うつさない！！**

6

## ウイルスは どうやってうつるの？

コロナウイルスの うつりかたは2つ

**飛沫感染(ひまつかんせん) 接触感染(せっしゃくかんせん)**

7

## 飛沫感染(ひまつかんせん)

かんせんした人が、せきやくしゃみ、おはなしをすると、ウイルスがふくまれた「しぶき」がとぶ。

しぶきをあひて、はなや口から体の中にウイルスが入り、かんせんする。

8

## 「飛沫」の飛ぶ距離の目安

※斎藤玲子・新潟大教授への取材による

1m 2m 3m 5m

会話 せき くしゃみ

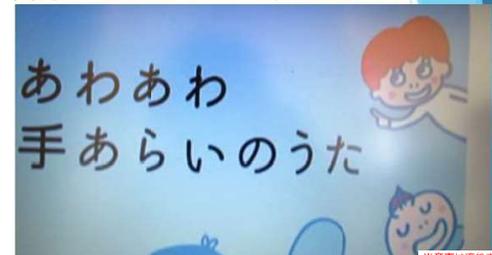
**飛沫の飛ぶ距離**

9



自分で、やってみよう♪

あわあわ  
手あらいのうた



19 ※音声は流れません

西小での、手あらいのやくそく

☆手あらいをするとき…

- ① そとから かえてきたとき
- ② きゅうしょく じゅんびのとき  
※消毒(しょうどく)もね！)
- ③ きょうしつに はいるまえ

20

マスクは…

せきやくしゃみで ウイルスの入ったひまがつが とび出すのをへらす

ウイルスのついた手ではなや口をさわることふせく

ウイルスをすいごむのをへらす

なまえをかく！



21 正しくマスクをつければ、ウイルスのきけんをへらせる！！

【まとめ】

コロナウイルスにかからないために  
わたしたちができること

くっつかない！ ひととよれをおこす。  
集まらない！ 多くの人がいるところは さげよう。  
しめきらない！ まどをあけて 空気を入れかえよう。  
手をあらおう！ ウイルスのはたらきをこわそう。  
マスクを正しくつけよう！

ウイルスは そのままでは ふえることができない。  
だから、うつらず、うつさなければ へらせる！

22

免疫(めんえき)力を高めることも大切です。

免疫とは、びょうきと たたかって、体をまもろうとする はたらきのこと。  
そのはたらきを たかめるには…

すいみん ごはん

免疫力をたかめて、  
じょうぶな体をつくろう！！



23

コロナウイルスと うまくつきあっていくために  
西っ子ができること

じゅぎょう中 休みじかん うんどう

あそぶ ともたちとおはなし

きゅうしょく

何ができるか、みんなで考えよう！

24

登下校(とうげこう)は…



1れつで あいだをあける！  
みんなで あんぜん に あるこう♪

25

ともだちと いるときは…

あくしゅ ハイタッチ からだにふれること



さみしいけれど…  
たいせつな、なかまの「いのち」だから。26

はなすときは、これくらい



あさ・ひるやすみは  
きまりをとりながら きょうしつで すごそう！

27

ほくの しんちょうは  
 だいたい 1メートルくらいだよ~♪



おはなしするときの あいことば…  
**「よこしっぺい！」**



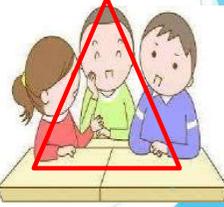
28

休みじかんは…

ろうか



きょうしつ



29

学校から 帰ったあとは…

- 換気の悪い 密閉空間
- 多数が集まる 密集場所
- 短時間・長時間 発声をする 密接場面



30

先生たちが  
 ぜったいに ゆるさないこと

あの子、おねえさんが  
 乗車からかえってきたんだって。  
 だから、いっしょにあそぶのやめよう。

おまえ、コロナだろ。




くあいがるいことを 言にくい空気を 作ってしまうよ…。

31

ひとひとりができること



みんなで、おたがいの「いのち」をまもり  
 きもちよく 生活しよう

32