

「新型コロナウイルスとは？」

子どもへの対応と留意点

医療法人自然堂峯小児科 理事長 峯真人

日本小児科医会理事 予防接種・感染症対策担当

日本小児科学会予防接種・感染症対策委員会アドバイザー

埼玉県小児保健協会 会長

さいたま市新型コロナウイルス感染症対策専門家会議委員

2020. 9. 12 Web研修会

I . 新型コロナウイルスの感染の仕方とその対策

1) 飛沫感染

新型コロナウイルス感染者の「飛沫=つば」に含まれるウイルスを直接口や鼻に吸い込むことにより感染します。

①感染機会

近距離での会話、咳、くしゃみなどにより飛沫が飛散することが感染機会を増やします。

②感染しやすい場所

密閉された場所・部屋、特に狭い部屋で感染の危険性が高まります。部屋の広さが十分であっても、そこにいる人の数が多く、換気が十分でない場合は感染の危険性が高まります。

I . 新型コロナウイルスの感染の仕方とその対策

③飛沫感染対策

- 飛沫は2メートル以上飛び散らないので、人と人との間隔をそれ以上空けることで、飛沫を吸い込むことが避けられます。
- 感染の可能性のある方がマスクをきちんとすることで、飛沫を飛散させる量をかなり減らすことが出来、周囲への感染を防ぐことが期待でき、人と人との間隔も1メートル程度まで短縮可能です。
- 感染者の周囲の方はマスクをきちんとすることで、飛沫が直接口や鼻から吸い込まれる危険性が下がります。
- 換気をするることにより、環境中に飛散した飛沫やウイルス量を減らすことができます。

I . 新型コロナウイルスの感染の仕方とその対策

2) 接触感染

新型コロナウイルス感染者の唾液や便などに含まれるウイルスが付いた手などに**直接接触**れることにより、ウイルスを手などに付いてしまい、その手で口・鼻・目などを触ることでウイルスが感染するのが「**直接接触感染**」です。

また**ウイルスが付いた手などでドアノブや家具、おもちゃ、電車のつり革、スーパーなどの買物カゴ、カートなどに触れた後に他の方がその部分を触る**ことによって、感染してしまうのが「**間接接触感染**」です。

I . 新型コロナウイルスの感染の仕方とその対策

①感染機会

周囲に感染者がいる場合には直接接触感染が起こりえます。

周囲に感染者がいない場合でも、多くの人が集まり、いろいろな場所を触ったりする場合は、触った部分に生き残っていたウイルスに触れてしまい、間接的に感染してしまうことがあります。

②感染しやすい場所

人が多く集まる場所、肌と肌が接触することが多い環境、人が触りやすい器具や物品が多い場所などは要注意です(混雑した電車、混雑したスーパー、ライブハウス、トレーニングジム、など)

I . 新型コロナウイルスの感染の仕方とその対策

③接触感染対策

- ・近距離で複数の人と一緒にいる場合、**直接・間接双方の感染のリスクが高まる**ので、そのような**場所に行くことを極力控えます**。
- ・多数の人が触れる物が多数ある場所で、その物に触れた場合は、その後**きちんと手洗い**をし、アルコールなどの消毒薬で**手指を消毒**します。
- ・**マスク**をすることにより、**無意識**のうちウイルスの付いた手で**口・鼻・目などの粘膜に触ってしまう**ことを、ある程度**防ぐ**ことが出来ます。

小児の生活環境の特徴は？

- 家庭

基本、保護者等の家族と一緒になければ生活できない

- 社会

塾・習い事・地域の子どもたちとの遊びなど、かなりの人数の子どもたちと同じ空間に、一定時間生活せざるを得ない

- 学校・保育所・幼稚園・学童保育等

睡眠時間を除き、1日のうち最も長い時間、多人数で長時間、同一空間・場所で生活することが子どもたちの日課

学童保育は、さらに複数学年が一か所で一定時間生活する

とすると、学童などの子どもたちは、日々の生活の中では新型コロナウイルスの感染のリスクは避けられないのでは ???

子どもたちの新型コロナウイルス感染症は、
当初予想されていた状況とは違うらしい!!

熱中症やインフルエンザの方が怖いらしい!!

小児の新型コロナウイルス感染症に関する医学的知見の現状

日本小児科学会予防接種・感染症対策委員会

2020年 5月 20日 資料より抜粋

これまでに報告された小児(0-18歳)のCOVID-19の報告例(2020年5月18日現在)から、小児の新型コロナウイルス感染症に関する医学的知見の現状をまとめました。

- ・ COVID 19患者の中で小児が占める割合は少なく、その殆どは家族内感染である。現時点では、学校や保育所におけるクラスターはないか、あるとしても極めて稀と考えられる。
- ・ 小児では成人と比べて軽症で、死亡例も殆どない。
- ・ 乳児では発熱のみのこともある。10代では凍瘡様皮膚病変が足先に出来ることがある。他の病原体との混合感染も少なくない。
- ・ SARS CoV 2は鼻咽頭よりも便中に長期間そして大量に排泄される。
- ・ 殆どの小児 COVID19症例は経過観察または対症療法で十分とされている。

小児の新型コロナウイルス感染症に関する医学的知見の現状

日本小児科学会予防接種・感染症対策委員会

2020年 5月 20日 資料より抜粋

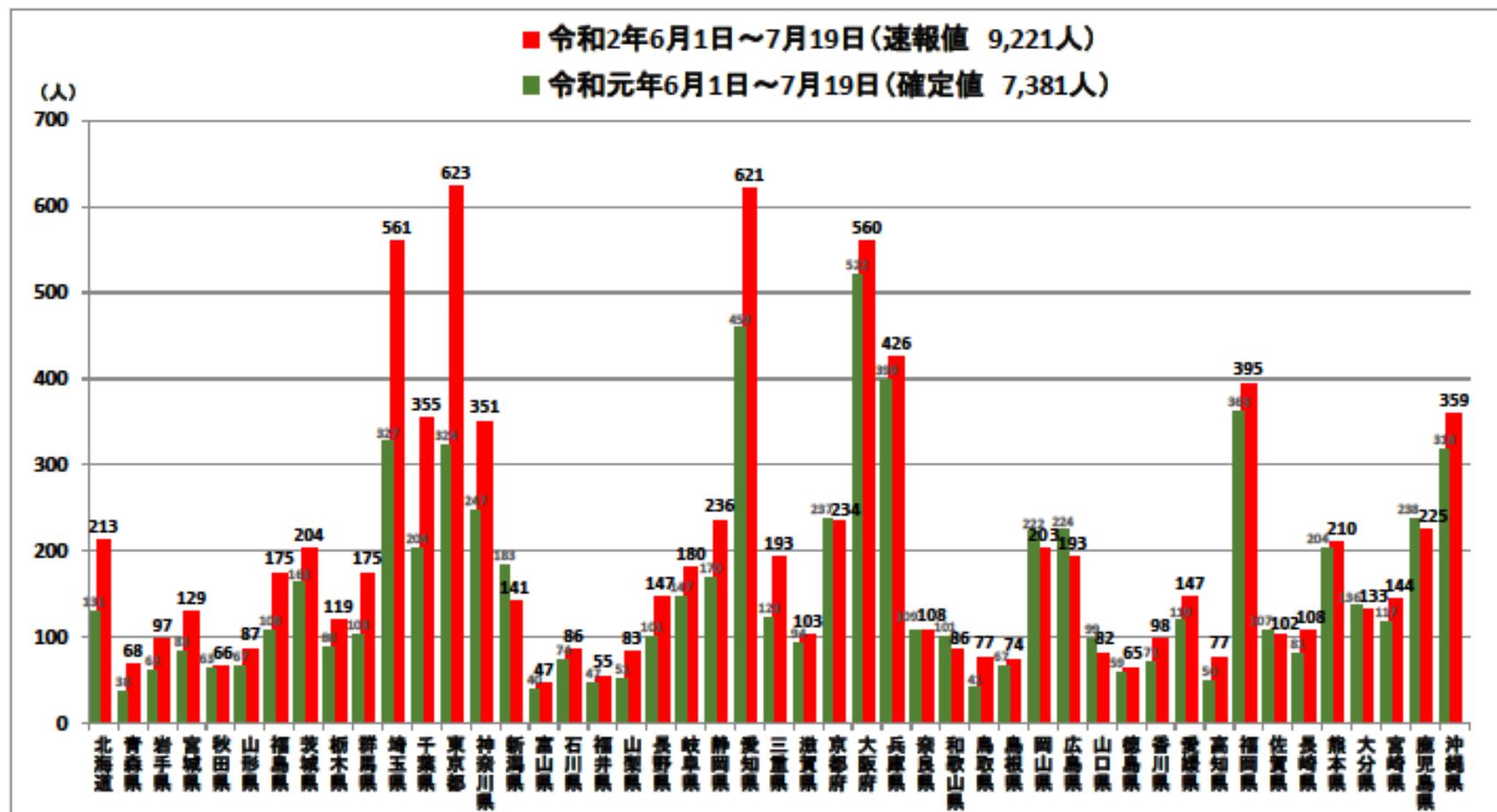
これまでに報告された小児(0-18歳)のCOVID-19の報告例(2020年5月18日現在)から、小児の新型コロナウイルス感染症に関する医学的知見の現状をまとめました。

- ・ COVID 19罹患妊娠・分娩において母子ともに予後は悪くなく、垂直感染は稀。しかし、新生児の感染は重篤化する可能性もある。
- ・ 海外のシステマティック・レビューでは、学校や保育施設の閉鎖は流行阻止効果に乏しく、逆に医療従事者が仕事を休まざるを得なくなるために COVID 19死亡率を高める可能性が推定されている。
- ・ 教育・保育・療育・医療福祉施設等の閉鎖が子どもの心身を脅かしており、小児に関しては COVID 19関連健康被害の方が問題と思われる。

小児のCOVID19対策にも係わる重要な情報

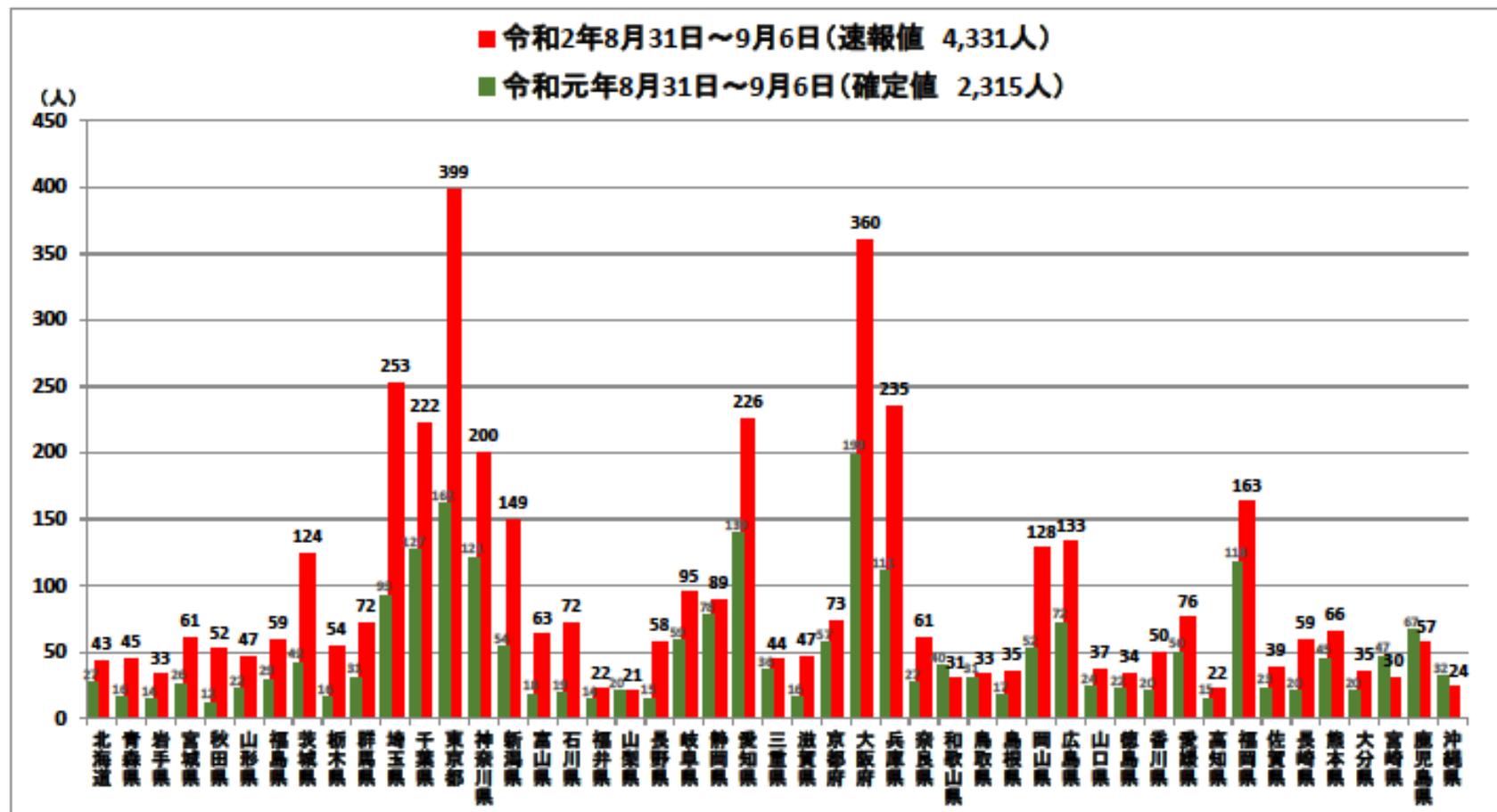
今年の熱中症に関するデータ

令和2年 都道府県別熱中症による救急搬送人員 合計搬送人員 前年との比較 (6月1日から7月19日)



* 速報値(赤)の救急搬送人員は、後日修正されることもありますのでご了承ください。

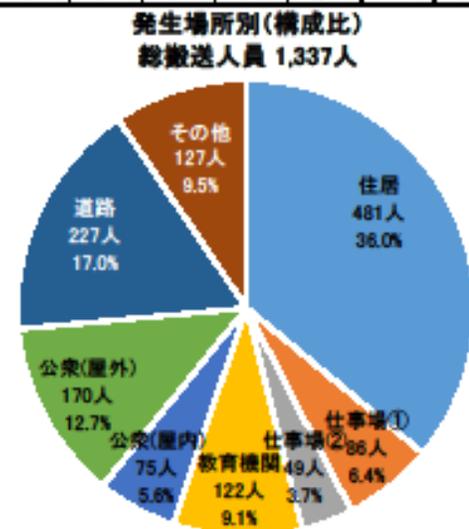
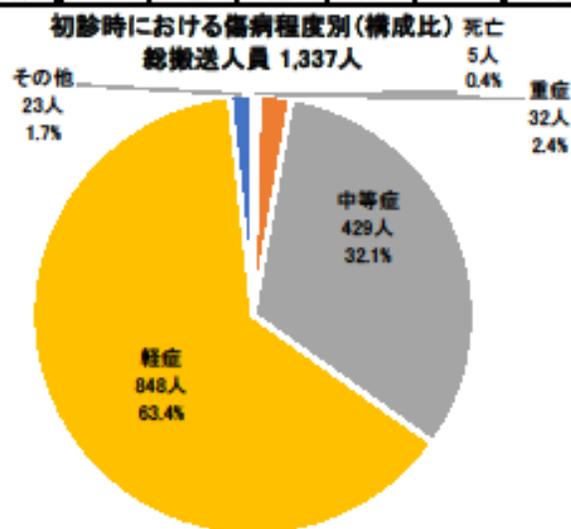
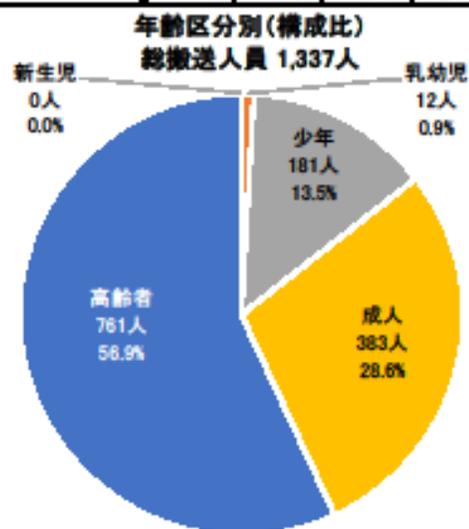
令和2年 都道府県別熱中症による救急搬送人員 前年同時期との比較



* 速報値(赤)の救急搬送人員は、後日修正されることもありますのでご了承ください。

令和2年7月13日～7月19日 全国の熱中症による救急搬送状況(日別) 速報値

日付	曜日	年齢区分別(人)						初診時における傷病程度別(人)					発生場所別(人)									
		新生児	乳幼児	少年	成人	高齢者	合計	死亡	重症	中等症	軽症	その他	合計	住居	仕事場①	仕事場②	教育機関	公衆(屋内)	公衆(屋外)	道路	その他	合計
7月13日	月	0	3	16	24	51	94	0	0	33	61	0	94	45	8	2	20	1	2	12	4	94
7月14日	火	0	1	11	27	23	62	0	1	27	33	1	62	28	8	2	7	2	9	3	3	62
7月15日	水	0	0	7	16	47	70	0	2	22	45	1	70	32	4	1	7	6	4	11	5	70
7月16日	木	0	2	19	60	89	170	1	5	58	100	6	170	51	25	6	15	12	13	37	11	170
7月17日	金	0	1	15	30	70	116	1	2	42	71	0	116	48	11	6	15	5	9	16	6	116
7月18日	土	0	0	35	59	126	220	0	4	71	141	4	220	70	18	5	20	6	35	39	27	220
7月19日	日	0	5	78	167	355	605	3	18	176	397	11	605	207	12	27	38	43	98	109	71	605
合計		0	12	181	383	761	1,337	5	32	429	848	23	1,337	481	86	49	122	75	170	227	127	1,337
搬送人員に対する割合		0.0%	0.9%	13.5%	28.6%	56.9%	100.0%	0.4%	2.4%	32.1%	63.4%	1.7%	100.0%	36.0%	6.4%	3.7%	9.1%	5.6%	12.7%	17.0%	9.5%	100.0%



新生児 生後28日未満の者
乳幼児 生後28日以上満7歳未満の者
少年 満7歳以上満18歳未満の者
成人 満18歳以上満65歳未満の者
高齢者 満65歳以上の者

死亡 初診時において死亡が確認されたもの
重症 (長期入院) 傷病程度が3週間以上の入院加療を必要とするもの
中等症 (入院診療) 傷病程度が重症または軽症以外のもの
軽症 (外来診療) 傷病程度が入院加療を必要としないもの
その他 医師の診断がないもの及び傷病程度が判明しないもの、その他の場所へ搬送したもの

※なお、傷病程度は入院加療の必要程度を基準に区分しているため、軽症の中には早期に病院での治療が必要だった者や通院による治療が必要だった者も含まれる。

住居 (敷地内全ての場所を含む)
仕事場① (道路工事現場、工場、作業所等)
仕事場② (田畑、森林、海、川等 ※農・畜・水産作業を行っている場合のみ)
教育機関 (幼稚園、保育園、小学校、中学校、高等学校、専門学校、大学等)
公衆(屋内) 不特定者が出入りする場所の屋内部分 (劇場、コンサート会場、飲食店、百貨店、病院、公衆浴場、駅(地下ホーム)等)
公衆(屋外) 不特定者が出入りする場所の屋外部分 (競技場、各列車物の屋外駐車場、野外コンサート会場、駅(屋外ホーム)等)
道路 (一般道路、歩道、有料道路、高速道路等)
その他 (上記に該当しない項目)

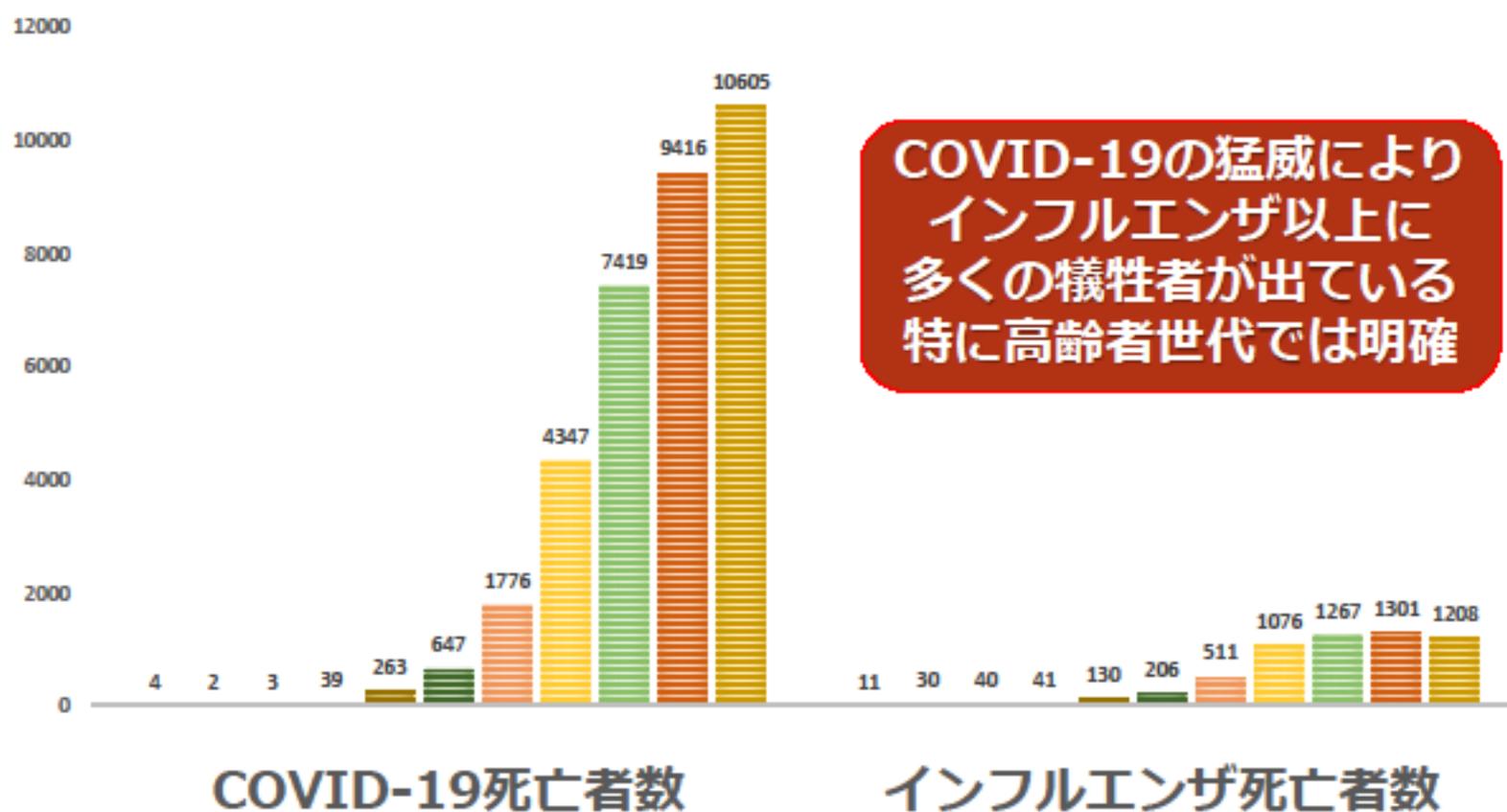
※端数処理(四捨五入)のため、割合の合計は100%にならない場合があります。

小児のCOVID19対策にも係わる重要な情報

インフルエンザに関するデータ

米国におけるCOVID-19とインフルエンザ死亡者数

1歳未満 1～4歳 5～14歳 15～24歳 25～34歳 35～44歳
45～54歳 55～64歳 65～74歳 75～84歳 85歳以上



COVID-19の猛威により
インフルエンザ以上に
多くの犠牲者が出ている
特に高齢者世代では明確

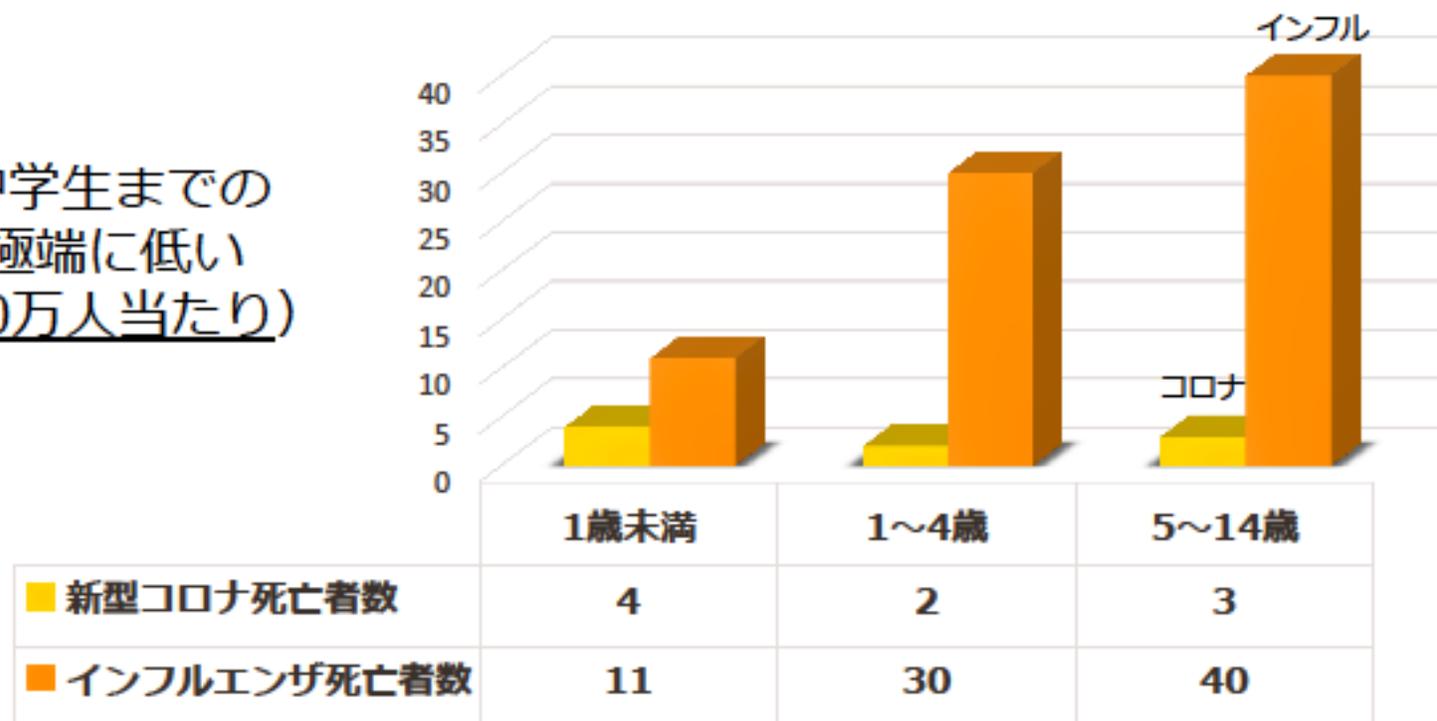


たしかに、コロナは怖い。しかし...

米国におけるCOVID-19とインフルエンザ死亡者数

こどもの年代のみフォーカスすると…

米国では中学生までの
死亡率は極端に低い
(9人/5500万人当たり)



■ 新型コロナ死亡者数 ■ インフルエンザ死亡者数

猛威を振るっている米国でさえ
重症度の違いは歴然としている
小児においてはインフルエンザの方が危険



小児のCOVID19対策にも係わる重要な情報

今年の熱中症、インフルエンザに関するデータ

などを分析したうえで、子どもたちのへの対策を
考えてみると……

熱中症やインフルエンザの方が怖いらしい!!

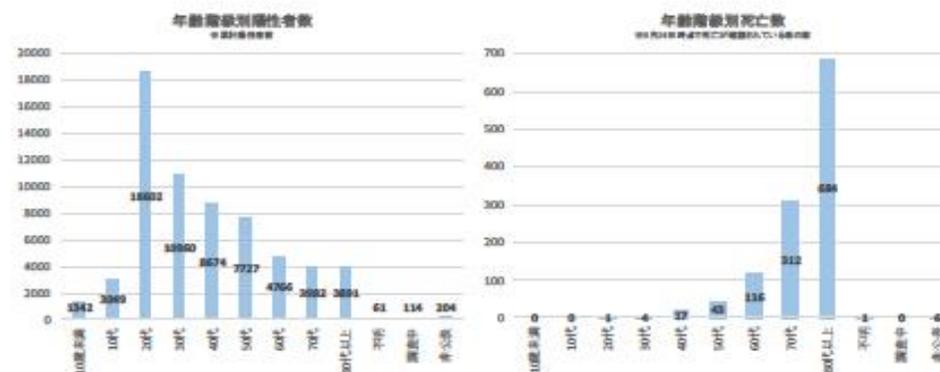


学校における新型コロナウイルス感染症
に関する衛生管理マニュアル
～「学校の新しい生活様式」～
(2020.9.3 Ver.4)

2. 新型コロナウイルス感染症の年代別の罹患率等

新型コロナウイルス感染症が国内で発生してからこれまでの累積データによれば、10歳未満及び10代では、罹患率が他の年代と比べ低くなっており、これらの年代での発症割合、重症割合ともに小さいとされています。15歳未満の罹患率が最も高いインフルエンザとは、感染しやすい層の傾向が大きく異なる状況と考えられますが、本感染症は未だ不明な点も多く、引き続き十分注意する必要があります。

新型コロナウイルス感染症の国内発生動向
(令和2年8月26日18時時点)



注) これらの分析は年齢階級や入院の状況など陽性者の個別の状況について、都道府県等から本省が情報を得られたものを集計しており、総数は現在本省HPで公表されている各自治体がウェブサイト で公表している数等を積み上げた陽性者数・死亡者数・重症者数とは一致しない。
出典：厚生労働省作成資料（同省ホームページ）

【重症者割合】

年齢階級別にみた重症者数の入院治療等を要する者に対する割合（累積ではなく、8月26日時点の数）

全体	10歳未満	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代以上
2.0	0.0	0.0	0.1	0.1	0.9	2.9	5.4	7.4	4.0

【死亡率】

年齢階級別にみた死亡者数の陽性者数に対する割合

全体	10歳未満	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代以上
1.9	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.6	2.4	7.8	17.6

学校再開後 児童・生徒ら1166人が感染

9/2(水) 19:16配信

FNNプライムオンライン

- **新型コロナウイルスの影響で、全国の学校が一斉休校したあと、本格的に再開が始まった6月以降から8月末までの間に、1,166人の児童生徒に感染が確認されていたことがわかった。このうち、症状があったのは48%（557人）で、重症者はいなかった。児童生徒の感染経路については、「家庭内感染」が655人と、56%を占め、特に小学生では75%にのぼる。また前回の調査では全体の5%だった「学校内感染」は、15%（180人）と増加している**

このデータの分析と見解

- 数は増えているが、約4か月間で全国で1166人、半数は無症状。濃厚接触者の探索で見つかる不顕性感染が多いということ。重症者はゼロ。
埼玉県では6月～9月3日：124人（さいたま市含）
（埼玉県総患者数は4100名程度）
- 学校での感染者割合が増えて15%となったが、主体は家庭内感染。
- 学校における感染対策の成果もあるが、基本的には学校活動を行うことで「危険」が高まる状況ではない。
インフルエンザのインパクトの方が何十倍も大きい。
- コロナを理由に、学校としての様々なイベントを中止したり、過度な対策で児童・生徒を委縮させることの、特に学習面および心理面での弊害の方がはるかに大きいと考えられます。

2020年8月2日(日)の本協議会研修会での資料

世界の子どもたちのCOVID19感染状況

新型コロナウイルス感染症と学校感染対策 ～子どもたちを守るために大切なこと～

富山大学小児科 種市尋宙先生

令和2年度富山県市町村教育委員会連合会研修会（富山市南総合公園体育文化センター） 2020年7月14日

こどもは大人よりコロナにかかりづらい!?

10代までのこどもたちは、成人よりもSARS-COV-2ウイルスに感染する可能性が低いように思われ、18件の研究の系統的レビューとメタアナリシスがある。英国の研究。プレプリント、査読未

Viner R, Mytton O, Bonell C, et al. Susceptibility to SARS-COV-2 infection among children and adolescents compared with adults: a systematic review and meta-analysis

成人と比較した場合の子供の陽性検査結果のプールオッズ比は
0.44 (95%信頼区間0.29~0.69)

つまり、こどもたちは、感染する確率が56%低いことを示している

子どもは大人に感染させるのか…

Children are unlikely to have been the primary source of household SARS-CoV-2 infections

2019年12月～2020年3月までの文献を評価
家庭内における小児発端事例の割合を調べた
中国、シンガポール、韓国、日本、イランの
データが含まれる

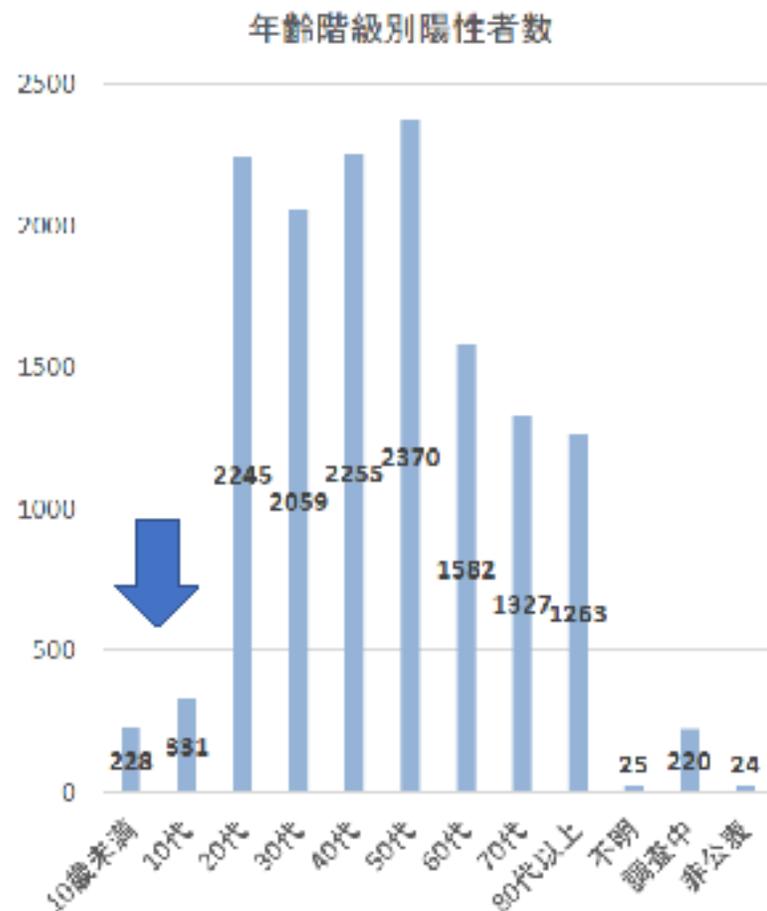
小児発端事例(index case)

COVID-19 3例/31例 (9.7%)

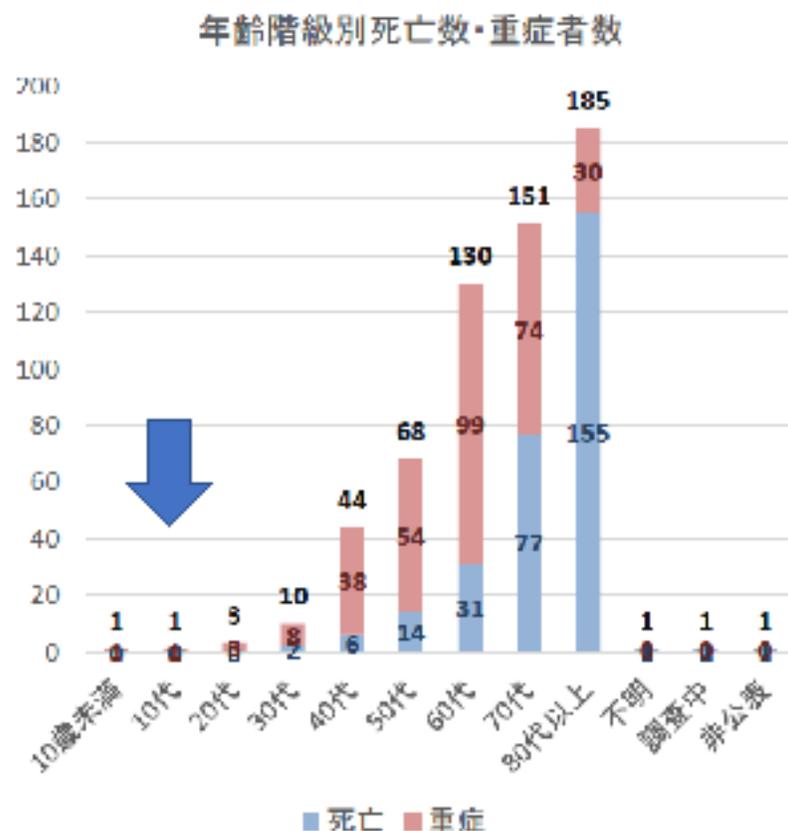
H5N1インフルエンザ 30例/56例 (54%)

通常のウイルス感染と異なり、COVID-19の感染伝播において
子どもたちは重要な役割を担っていないのではないか

小児陽性事例は少ない



若年者に死亡事例なし



死亡率(%)

全体	10歳未満	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代以上
2.1	0.0	0.0	0.0	0.1	0.3	0.6	2.0	5.8	12.3



日本における年齢別感染状況

学校再開をする上で必要な共通理解

学校再開における感染ゼロリスクは不可能

「許容できる」安全が見込まれたための再開

学校生活の細かい部分の安全性はいまだ不明
しかし、医学的に許容できる安全が見込まれている
それは感染しないという安全ではなく、

小児は 感染しづらく、
 拡大しづらく、
 重症化しづらい という意味

そして、感染したとしても対応可能な医療体制がある

日本小児科学会予防接種・感染症対策委員会 新型コロナウイルス感染症に関するQ&A

(2020年8月1日現在)

- 新型コロナウイルス感染症（COVID-19）は2020年8月1日現在、全国的に急速な患者の増加が確認されています。子どもの感染者数は成人に比較すると少ないですが、家庭内や集団生活の場における伝播により感染者は増えていることを想定した診療や感染対策が必要になっています。その一方で、可能な範囲で通常の日常生活を続けることも子どもの成長や発達には不可欠なことです。
- 当委員会では、現時点で想定される子どもの患者に関する疑問についてQ&Aを作成いたしました。状況に応じて内容は、随時更新される可能性があります。

Q1. 子どもが新型コロナウイルスに感染するとどのような症状がでますか？

A：現時点（2020年8月1日）で、**子どもの感染者数は成人と比べると少ない**ですが、**感染しやすさは成人と変わらないこともわかってきました**。家庭内で感染している例が多く、発熱、乾いた咳を認める一方で、鼻汁や鼻閉などの**上気道症状は比較的少ない**とされています。成人と同じように、発熱が続き**肺炎になる例も報告されています**。一部の患者では嘔吐、腹痛や下痢などの**消化器症状**も認めるようです。

成人で報告されている**嗅覚や味覚の異常は子どもでは少ない**ようですが、症状を訴える事ができる10代の患者さんの報告はあり注意は必要です。また、しもやけのような症状や、発熱が続き、腹痛・下痢、発疹を認め具合の悪くなる子どもが欧米諸国から報告されています。

感染していても**無症状である可能性も指摘されていますが、子どもは正確に症状を訴えられないことに注意**しなければなりません。

Q2. 子どもの新型コロナウイルス感染症は重症化しますか？

A: 子どもの患者が重症化する割合は成人と比べると少ないようです。しかし、成人同様に呼吸状態が悪くなることもあります。**2歳未満の子どもは比較的重くなる傾向があり注意が必要です。**

欧米からは、発熱が続き、腹痛・下痢、発疹を認める患者さんの中に、心臓の動きが悪くなるような子どもが10歳前後を中心に報告されていますが、国内ではまだ少ないようです。

Q11. 保育所、幼稚園、学校などに行くことは控えたほうが良いでしょうか

- A: 感染が拡大していない地域では、子どもへの感染の多くは同居している成人(保護者)感染者からの伝播によるものです。そのため、保育所、幼稚園、学校などへの通園、通学を自主的に控える理由はありません。しかし、最近(2020年8月1日現在)では集団生活の中での感染が報告されています。したがって、**子どもの患者が発生した場合は、一定期間、休園や休校になる可能性があります。**流行状況に応じて、臨機応変な対応が必要となりますので、お住まいの地方自治体からの指示に従ってください。
- また、**各家庭内で感染者がでた場合は、その子どもは濃厚接触者として登校、登園を控えることとなります。**また、厚生労働省から微熱や風邪の症状がある場合は、登校、登園を控えるようにとすすめられています。まずは、それらを守っていただくことが大切です。なお、**症状のある5歳未満の子どもの感染者からのウイルス排泄量が比較的多いことや、子どもは無症状者も少なくないこと、便にウイルスが長期間排泄されることがわかってきました。**まわりの大人は、こまめな手洗いや、マスクの着用などを徹底する事が必要です。

Q12. 子どもは外出や友達と遊ぶことを避けたほうが良いでしょうか？

- A 子どもにとって遊ぶことは、心身の発達においてとても重要です。感染のリスクを下げるために以下のことを守れば、外出や子ども同士の遊びは可能です。夏休みの行き先については、流行状況を確認し移動の自粛要請が出ていないことを確認しましょう。子ども達の屋外、屋内の遊びについての注意事項は下記の資料も参考にしてください。

1. 外出自粛要請が出ている地域では以下のことを守りましょう
2. 同居しているきょうだい、家族等同士で遊ぶこと
3. 屋外では、他人との接触を避けること

Q12. 子どもは外出や友達と遊ぶことを避けたほうが良いでしょうか？

〈屋外における遊び〉

屋外の遊びであれば感染伝播のリスクは低いと考えられますが、以下の点を確認し注意して下さい。

- ・風邪症状(のどの痛み、咳、発熱など)があるときは、外出は控える
- ・みんながよく触れる場所に触った後は手洗いをする
- ・飲食の前にも手洗いをする
- ・食事をするときは対面にならないように工夫する

〈屋内における遊び〉

屋内における遊びについては、屋外よりリスクが高くなりますので、以下の点を確認し注意して下さい。

- ・周囲に明らかな感染者がいない
- ・遊ぶ場所に高齢者や基礎疾患のある方がいない
- ・本人や家族に風邪症状(のどの痛み、咳、発熱など)がない
- ・少人数である
- ・保護者同士の了解が得られている
- ・みんながよく触れる場所に触った後は手洗いをする
- ・飲食の前にも手洗いをする
- ・食事をするときは対面にならないように工夫する
- ・最低1時間に1回換気してください

〈屋外・屋内で遊ぶ際に起こりやすい事故への対応・予防策〉

こちらをご参照下さい。

<http://kodomo-qq.jp/jiko/index.php> (日本小児科学会 こどもの事故と対策)

学校閉鎖で子どもたちが背負うリスク

・事故のリスク

家庭内では留守番に伴って熱傷、溺水等
屋外でも日中の交通外傷



・虐待のリスク

家庭内の精神的負荷が増加し、
虐待のリスクが高まる



・こどもの貧困

給食・子ども食堂の中止による弊害



・事件・性のリスク

大人の目が届かない状況でのこどもの
留守番のリスク、SNSを通じた犯罪
予期せぬ若年妊娠



・精神的負荷

大人たちの不安、不満、混乱あり
心身症の発症、増悪リスク



・メディアリスク

SNS、ゲーム、テレビ、インターネット
メディア暴露の増強とその健康被害



・生活リズムの変調

運動不足による肥満増加
睡眠不足



・学習の遅れ

較差拡大、興味の喪失



<休校のメリット>

- ・ 接触回避
- ・ 感染拡大予防...

<休校のデメリット>

- ・ 人間関係の希薄化
- ・ 運動不足
- ・ メディア漬け
- ・ 学習の遅れ
- ・ 事故、事件のリスク
- ・ 心理的負荷



コロナ×こどもアンケート

国立成育医療研究センターの社会医学研究部・こころの診療部を中心とした研究グループ(コロナ×こども本部)は、新型コロナウイルス感染症の流行期における、こどもと保護者のストレスや不安、生活環境の変化、それに伴う心身の健康状態の現状を明らかにし、問題の早期発見や予防・対策に役立てることを目的に、「コロナ×こどもアンケート」を開始しました

みんなの こえで みんなを げんきに!



コロナ×こどもアンケート

その2

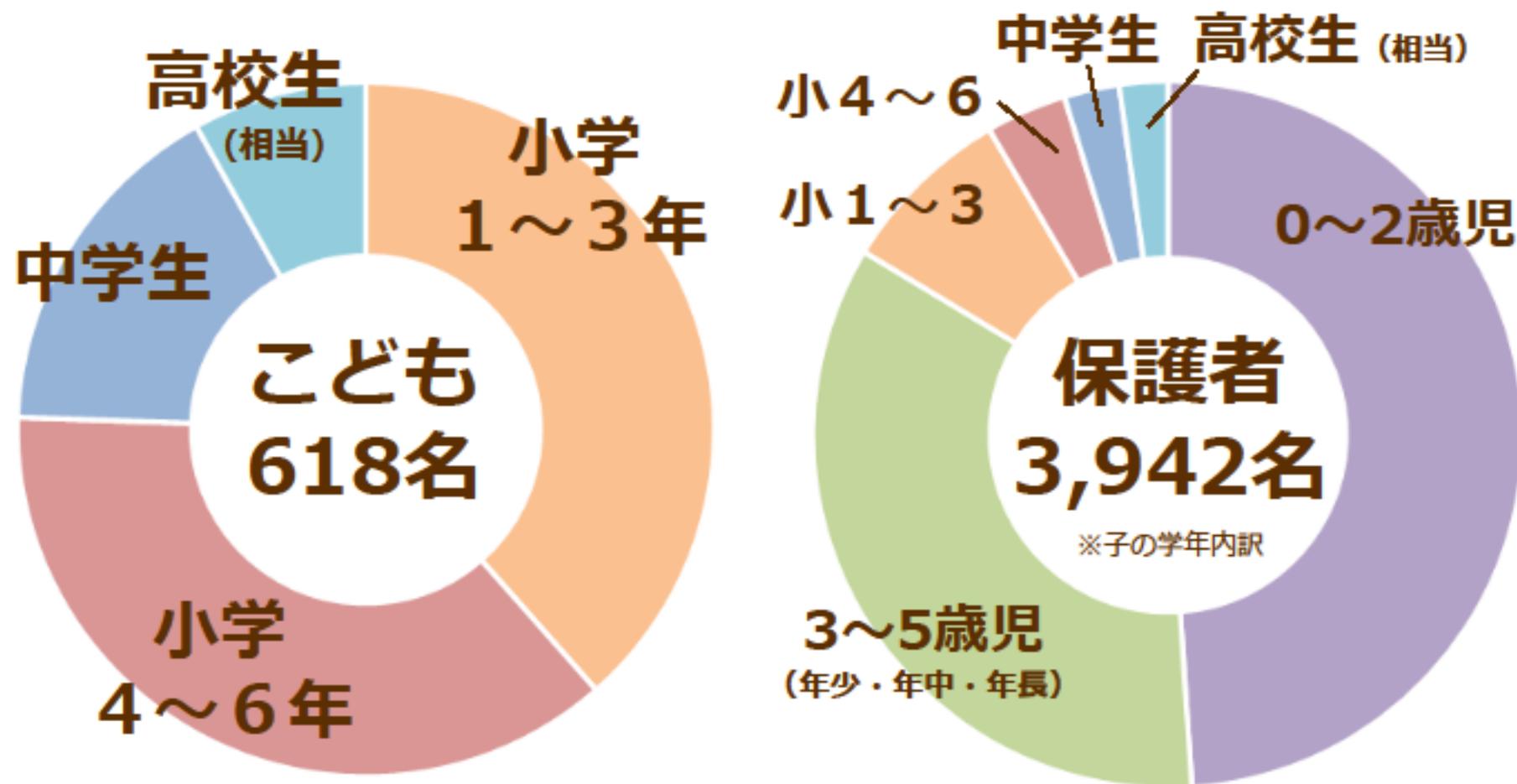


ちゅうかんほうこく
第2回 中間報告

- * 6月15日～6月29日の回答から一部をご報告します
- * アンケートの回答は7月19日まで受け付けています

報告日：2020年7月7日

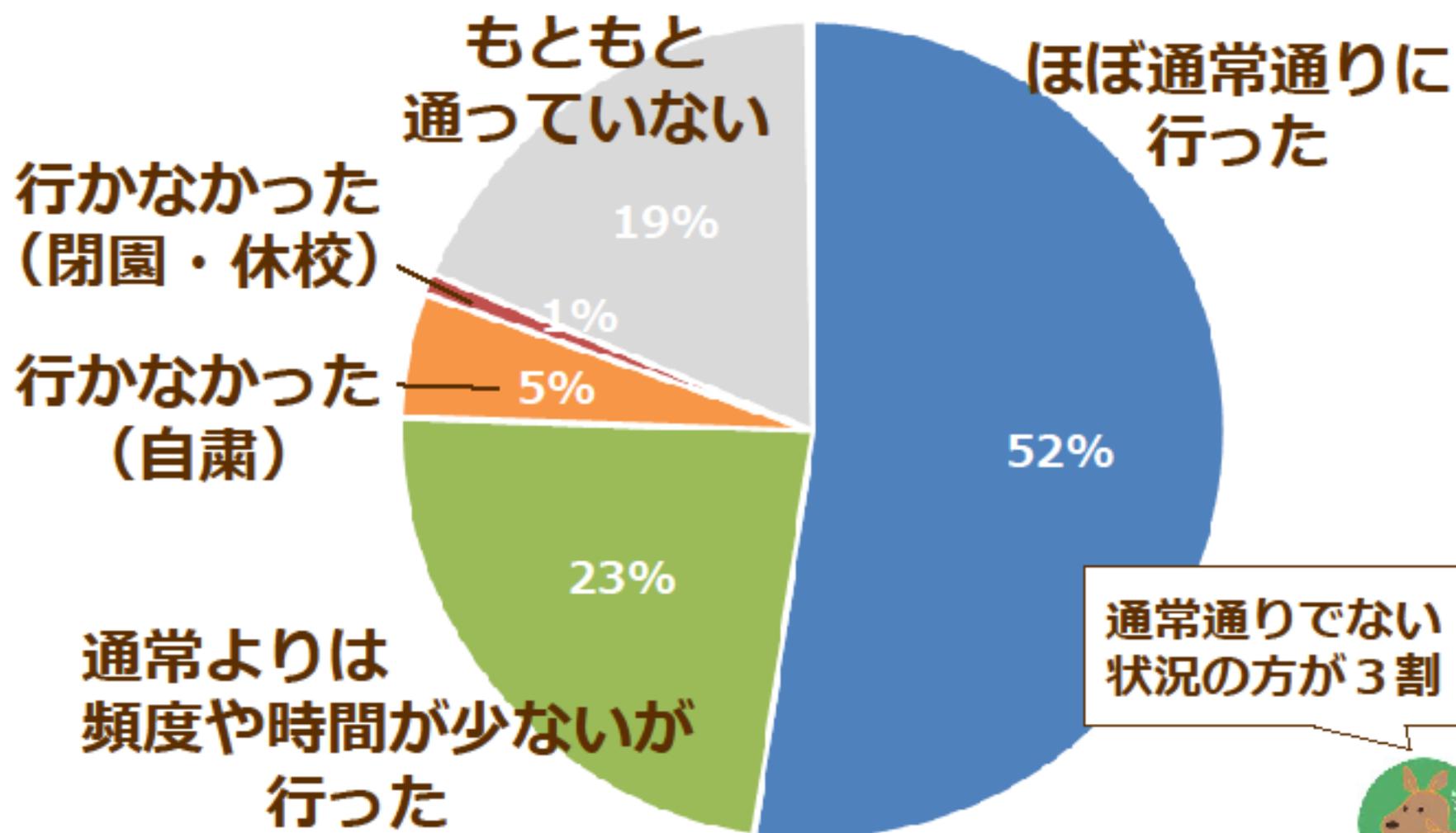
たくさんのお声をありがとうございます！



計4,560名

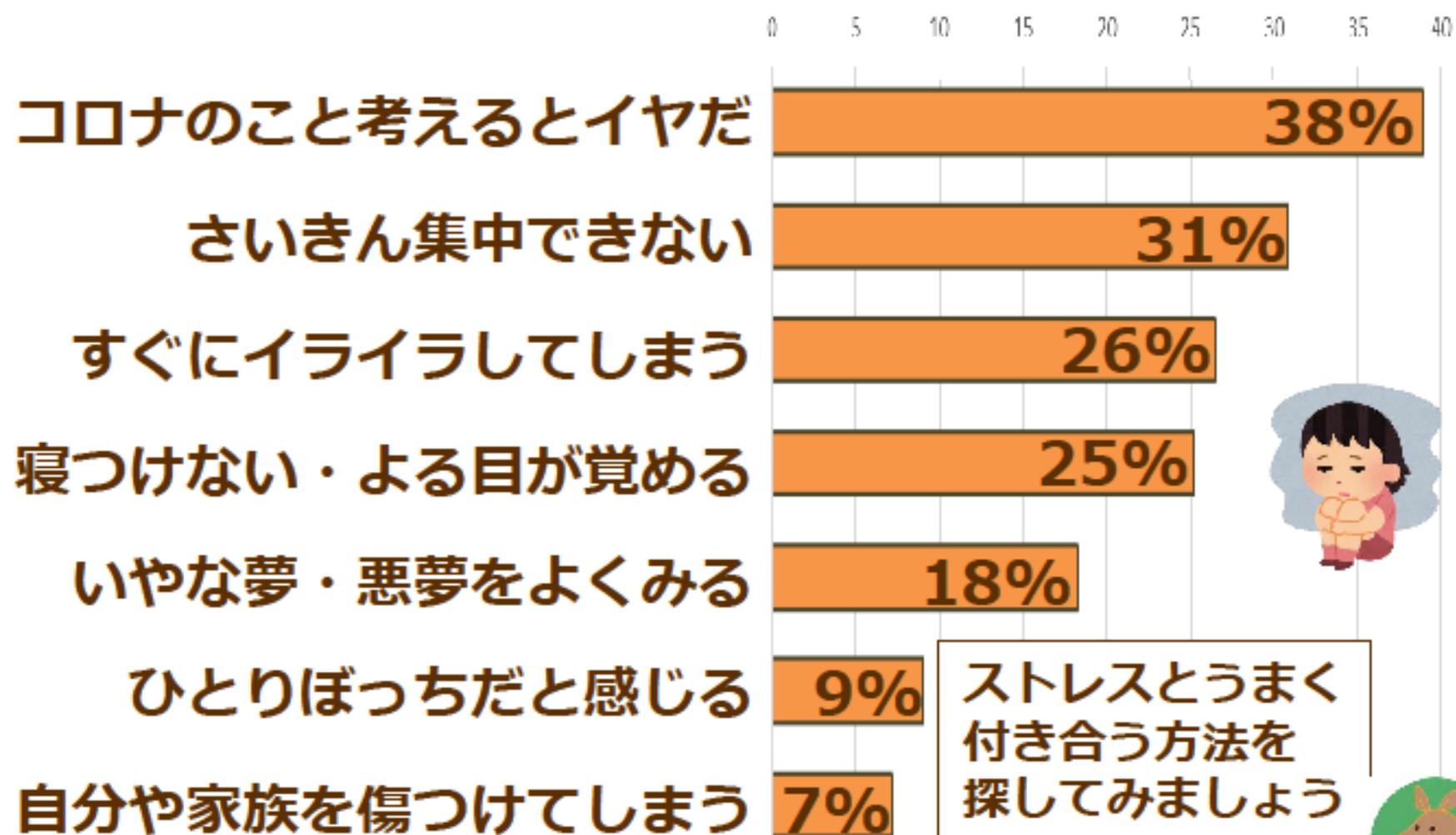


登校・登園の状況（直近1週間の様子）

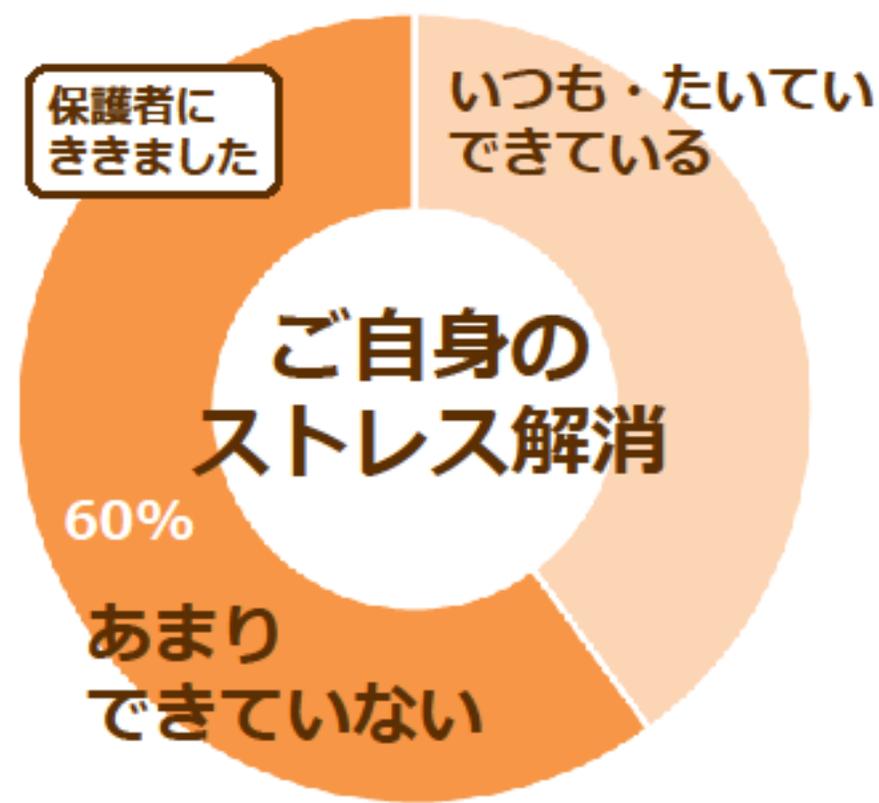
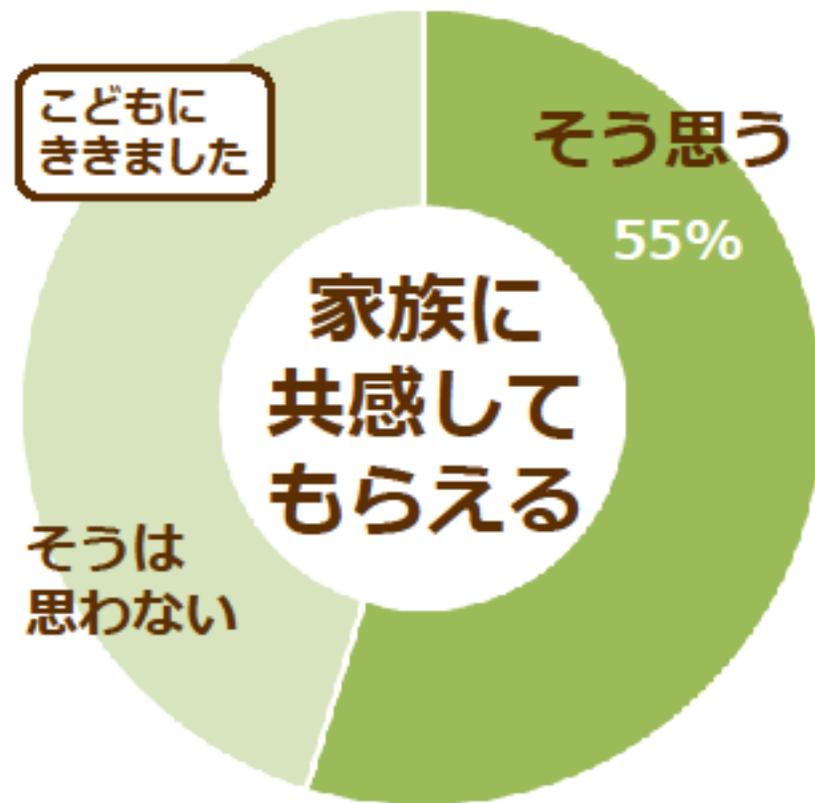
全員に
ききました

こどもの ころころの様子とは？

こどもに
ききました



こどものケアとおとなのケア



「そうだね、～と思ったんだね」とやさしく受けとめてあげるとは、年齢によらずこどもの安心につながります！保護者がご自身を大切にしている時間も作れるといいですね。



コロナになったら秘密にしたい？

全員に
ききました

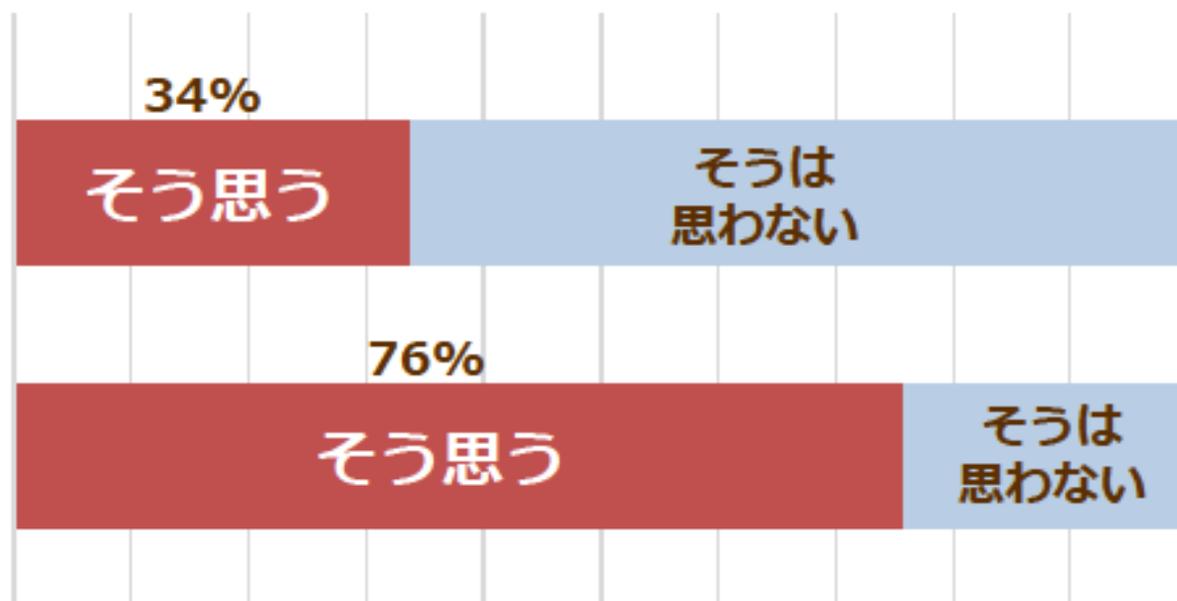


こどもの回答

「もし自分や家族がコロナになったら、そのことは秘密にしたい」



0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%



気をつけていても誰でもかかってしまうことがあります。
「秘密にしたい」と思う人が多いのは、なぜでしょうか？
私たち一人ひとりができることは何でしょうか？



コロナになった人と疎遠にする？

全員に
ききました



「コロナになった人とは、コロナが治っても付き合うのをためらう」



0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

こどもの回答

31%

そう思う

そうは
思わない

保護者の回答

31%

そう思う

そうは
思わない

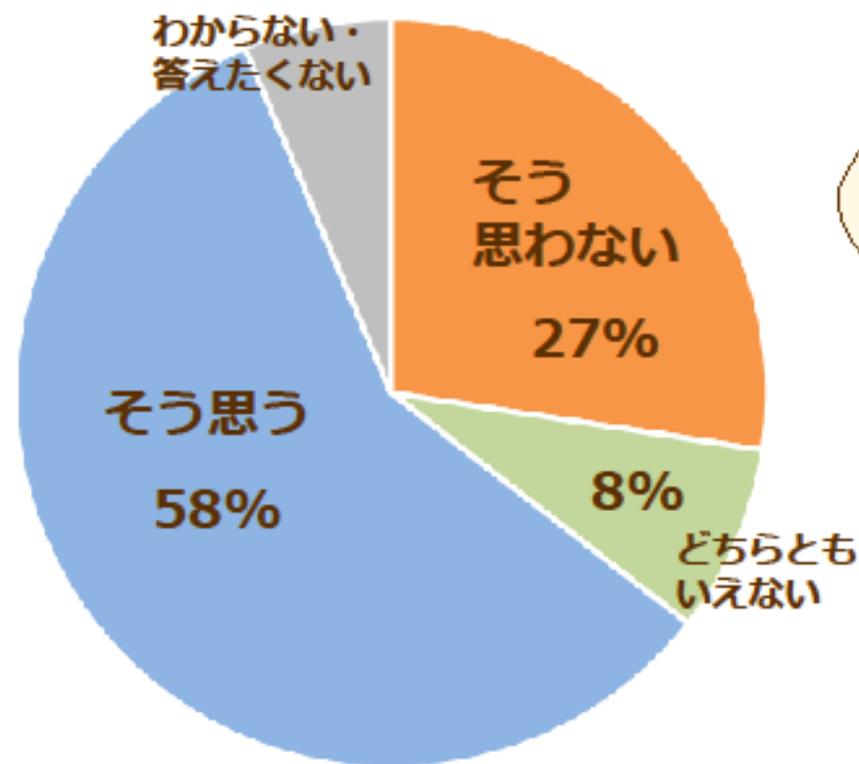
ちゃんと治れば、ウイルスは人にうつりません。
自分も、友だちや周りの人も、大切にできる方法を、
こどもと一緒に考えてみる時間を作れるといいですね。



こどもの意見は反映されている？

こどもに
ききました

“コロナによって、いろいろなことが変わりましたね。
こどものことを決めるとき、おとなたちはこどもの気持ちや考えを、
よく聞いていると思いますか？”



子どもも学校のコロナ対策に
参加したい。
決められたことしかしないのはおかしい。
(13歳男子・鹿児島県)

年齢が高いほど
「そう思わない」が
多い傾向もありました



おとなたちに伝えたいこと

こどもに
ききました

どうしておとなは
たくさんあつまってもいいの？
ともだちがみんなであそんでいたら
知らないひとにおこられた
(7歳男子・大阪府)

子どもを
バイ菌あつかい
しないでほしい。
(12歳女子・愛知県)

大人が思っている以上に
部活と学校行事は
子供にとって
とても大事な物です。
大人も子供だったはずなので
忘れてないでほしいです。
(16歳女子・東京都)

先生に
宿題が多すぎるし、
7時間目が大変って
言いたい。
(10歳女子・東京都)

コロナにかかるのが怖い。
学校に行きたくないと
思ってしまう
(11歳女子・東京都)

我慢ばかりで
つまらない。
(7歳男子・石川県)

先生、お父さんとお母さんに、
いつもありがとうと言いたい。
(7歳男子・神奈川県)

こどもたちと一緒に
考えていきたいですね

ハッとさせられる回答が
まだまだたくさんあるので
別資料にまとめる予定です



みんなの こえで みんなを げんきに

● コロナ×こどもアンケート

コロナ×こどもアンケート 第2回調査 報告書

2020年8月18日

修正：2020年9月7日



コロナ×こどもアンケートの最終
報告も出ていますので、ホーム
ページなどを確認し参考にして
ください

体験をばねに
親子でできるストレスコーピング編

国立研究開発法人 国立成育医療研究センター こころの診療部
田中恭子

子どものストレス反応は？

からだの症状（身体化）

- * 頭がいたい
- * お腹が痛い
- * 眠れない

行動面の変化

- * 落ち着きがない
- * 食欲が増える／減る
- * いつもよりよくしゃべる
- * よく泣く
- * しがみついて離れない
- * 言動が幼い
- * 夜尿、おもらし
- * わがままになる
- * 遊びの中で繰り返し今起きていることを再現する



自分を守るためのこころの防衛機能です。
この反応を進行させない工夫を
ご紹介します



① 子どもにもわかりやすい説明を!

伝え方のコツ

- * 正しい情報を、ごまかさず、正直に
- * その子の年齢に合った言葉で
- * 一度にひとつずつポイントをしぼって
- * 目に見える形で(イラストや動画など)
- * 誰かのせいではなく、目に見えないウィルスのせいであることを伝えましょう

気を付けること

- * 映像やニュースを見せすぎないようにしましょう
- * 小さい子は・・・
過去の映像を見て、現在のこと、自分のことと捉えて、不安になることがあります
- * 大きい子は・・・
SNSなどから自分で情報を得て、うわさやデマの被害に遭うおそれがあります



子どもなりに納得する、ということが、こころのトラウマ予防になります



子どもにわかりやすい説明



3から5歳くらいまで

人の気持ちを察したり、簡単なものであれば、原因と結果に関して理解できるようになります。また基本的な生活習慣が確立してきます。

→新型コロナは、外にいる悪いやつで、人が大好きでくっついてくる。くっつかれると人は熱をだしたり咳がでたりするよ。かかっても、きみのせいではなくて、だれか大人のせいでもないよ。このウィルスという目に見えないやうつが、暴れんぼうなんだね。3つの約束まもれるかな。

6歳から9歳くらいまで

時系列で物事を考える力が育ちます。出来事に対し、目に見えない原因が関係することが理解できるようになります。→ウイルスって3つの密ってなに、なぜそれが大事ななの？3つの約束まもれるかな。ほかにもできそうなこと考えてみよう！

- ★しんがたコロナってなんだろな
～子供のための新型コロナ予防
<https://youtu.be/Y59L9UnKBkQ>
- ★きみだからできること
～子供のための新型コロナ予防
<https://youtu.be/XDDxKO9nf9Y>



一緒にみながら、日々の過ごし方を子どもと考えるきっかけになればと思います。

② 子どもの気持ちを聴きましょう!

話を聴く前に...

- * どんな気持ちでもふたをせずに気付けるように手助けする
- * どんな気持ちでも伝えて良いことを伝える
- * お絵描きをしながら、お風呂に入りながら...でもOK

話し始めたら...

- * どんな気持ちであっても否定せず、受け止める
- * 「いやだったんだね」「そうだね。そう思ったんだね」「上手にお話できたね」など子どもの気持ちに言葉を添えることで、受け止めたことが伝わります。
- * 子どもなりにがんばっていることを認め、褒める



感情の言葉は2、3歳で発達してきます。気持ちの言葉を大事にすることで、自我が育ちます。



③ 親子でできるアクティビティを取り入れよう!

からだを動かす



- * ラジオ体操
- * ストレッチ
- * 風船遊び
- * ヨガ
- * おうちでピンポン など

室内アクティビティ



- * ゲーム
- * プラバン
- * レジン
- * 粘土
- * お絵描き
- * 日記
- * 一緒にお料理
- * テントごっこ遊びなど



健康の維持やストレス発散だけでなく、
子どもの創造性や自己表現などの自律性や、
社会性を育みます



④ 大人のセルフケアも大切です

リラックス法を見つける

- * おしゃべりする
- * ヨガをする
- * ランニングをする
- * 読書をする
- * 音楽を聞く

など

自分でコントロールできることがある、というメッセージは不安や緊張の緩和に繋がります。



相談先を見つける

- * ひとつでも多く見つけておきましょう



⑤ 人との絆を大切にしましょう!

つながりを維持する

- * 園や学校のお友達
- * 園や学校の先生
- * 祖父母やいとこなどの親戚
- * 部活の仲間
- など
- * 子ども自身が電話やメール、SNSなどで連絡がとれるようにする
- * お友達や先生とつながる方法がないか園や学校に聞いてみる
- * 誰かを責めるのではなく、お互いのがんばりをねぎらう

専門家も控えています

- * 子どもと家族を守る体制を作ろうとしている専門家がいることも忘れずに



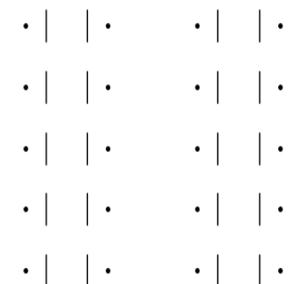
保護者の皆様、教育現場の皆様の奮闘を支えるために

子どもたちを熱中症の危険から守るための日本小児科医会からのメッセージ

「子どもの新しい生活様式(学校生活でのマスクについて)」

- ・登下校の際は、バスや電車の中、人混みではマスク それ以外ではマスクを外す
- ・暑い、少し苦しいと感じたら早めにマスクを外す
- ・友達と屋外を歩くときはあまり大声を出さず、顔と顔を向き合わせずに話す
- ・教室休み時間ではマスク、暑く感じたら必ず外す
- ・授業中は話す機会が無い時はマスクをとる
- ・エアコンを使う時も常にあるいは少なくとも30分に1回程度の窓の換気を行う
- ・給食の際は机を口の字、コの字、2列の向かい合わせ、など1m以内で向かい合う状況を作らないようにして、互いの顔を見ながら楽しく会話する
- ・コミュニケーションを考慮した向かい合わせで机間隔を1m空ける工夫をする

例) 2列の向かい合わせ



|が机
・が子ども

子どもたちのCOVID19の特徴を理解してもらえませんか？

- 今のところ子どもは、「社会生活上では罹り難い」「社会生活上ではうつし難い」「重症化し難い」らしい
- しかし非常に変異し易いウイルスなので、今後も常に注意が必要
- 子どもの親世代の感染が増えているので、注意喚起が必要
- 教職員、指導員など、子どもに係わる関係者の感染予防は必須
- 夏季の熱中症対策、冬季のインフルエンザ対策は、極めて重要
- 長期の学校閉鎖の影響を見極める「目」を持つことが重要
- 既に生じてしまった影響への対応と、今後影響を拡げないようにするための対策は是非必要
- 経験と感性に基いた、現場の方々のご尽力に期待します