

さべつ
ストップ！コロナ差別

おも やさしさと思いやりの心で こころ

くる
苦しいときこそ、みんなのやさしさと思いやりの心で、乗り越えていきましょう！

① ウイルスから自分を守る行動は、自分のため だけでなく、周りの人のためにもなります。



かんせん よぼう じぶん けんこう かんり たいせつ
感染を予防して、自分の健康を管理することはとても大切です。
たが こえ あ げんき す かんせんよぼう
お互いに声をかけ合って、みんなで元気に過ごしましょう。感染予防
やくそく わす とも おし
の約束を忘れている友だちがいたら、やさしく教えてあげましょう。



② 人が傷つく言葉ではなく、励ましや応援の言葉をかけましょう。



かんせん わる かんせん ひと
もし感染しても、悪いのはウイルスであって、感染した人ではありません。
かくにん か こ ただ じょうほう たし
「確認しよう」…うわさや書き込みは正しい情報なのか、確かめましょう。
そうぞう じぶん ことは こうどう ほか ひと きず じぶん
「想像しよう」…自分の言葉や行動が他の人を傷つけていないか、「自分のこと」として
かんが たいせつ あいて きも かんが
考えてみることが大切です。相手がどんな気持ちになるのかを考えましょう。
かんしゃ かんせんかくだいぼうし しゃかい ささ まいにちがんば ひと かんしゃ
「感謝しよう」…感染拡大防止や社会を支えるために、毎日頑張っている人に感謝
しましょう。



③ 不安になったり、悩んだりしたら、信頼できる人に相談しましょう。

かんせん ふあん なや しんらい ひと そうだん
ウイルスに感染する不安はみんな同じです。
こま がっこう せんせい おとな ひと そうだん
困ったことがあったら、学校の先生や大人の人に相談しましょう。
そうだん した そうだんまどぐち りよう
相談しにくいときは、下の相談窓口も利用してください。

【相談窓口】

- ・24時間子供SOS ダイヤル(0120-0-78310)
- ・ふれあいコール(0985-38-7654, 0985-31-5562)
午前8時30分～午後9時(祝日、12/29～1/3を除く)
- ・ネットいじめ目安箱 (<http://meyasubako.miyazaki-c.ed.jp>)
- ・LINE相談宮崎県こども SNS相談

目安箱QRコード



SNS相談 QRコード



宮崎県教育厅人權同和教育課

