

コロナウイルス 教室

小学生版

COVID-19 Classroom

For Elementary School Students

学生筆者: Logan Beyer[1], Margaret Irwin[1], and Chandler Moore[1]

学生編集者: Jessica Laird[1], Priya Shah[1], Rachel Reardon[1], Katie Kester[1]

グラフィックデザイナー: Emily Kragel [2], Hae Lin Cho[1], Pamela Chen[1]

翻訳者: 倉橋麻里子[3], 風間友里加[3], 陳邦彦[4], 福島詞葉[3], 周詩佳[3]

翻訳編集者: ジュタバ 三浦千秋 [5]

[1] ハーバードメディカルスクール, [2] イーストカロライナ大学医学部, [3] 神戸大学医学部, [4] Duke-NUSメディカルスクール, [5] UCLA医学部付属病院

On behalf of COVID-19 Classroom at Harvard Medical School:

Student Authors: Logan Beyer[1], Margaret Irwin[1], and Chandler Moore[1]

Student Reviewers: Jessica Laird[1], Priya Shah[1], Rachel Reardon[1], Katie Kester[1]

Graphic Designers: Emily Kragel [2], Hae Lin Cho[1], Pamela Chen[1]

Student Translators: Mariko Kurahashi, Yurika Kazama, Alan Chen, Kotoha Fukushima, Shi Jia Zhou

Faculty Translation Reviewers: Chiaki Miura Jutabha, MD [5]

[1] Harvard Medical School, [2] ECU Brody School of Medicine, [3] Kobe University School of Medicine, [4] Duke-NUS Medical School, [5] David Geffen School of Medicine at UCLA

Image labels

English	Japanese
BIG NEWS!	大ニュース
School	学校
CLOSED due to COVID-19	コロナウイルスによりへいさ
SCHOOL	学校
GROCERY STORE	スーパー
POW	パン
WHAM	バーン

一年生から三年生

Grades 1 - 3

[This curriculum is designed as a single, scrollable web-page. Graphics to be inserted later will be indicated in italics.]

世界(せかい)ではなにが起(お)こっているのでしょうか？

What is happening in the world?

ぬりえをしながら、もっと学(まな)びましょう！

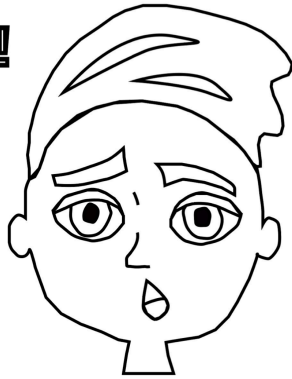
Let's color to learn more!



わたしたちは、大ニュースを耳(みみ)にするようになりました。

We have been hearing some BIG news!

**BIG
NEWS!**



COLOR ME!

コロナウイルスというものによって、学校やお店(みせ)、そして公園(こうえん)にも行けなくなってしまいました。

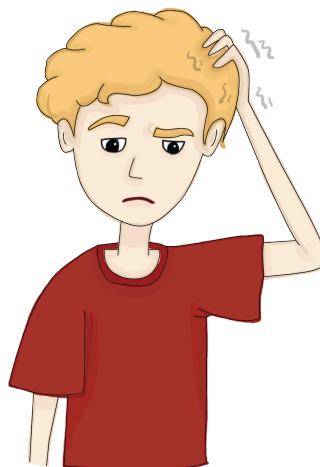
Schools, stores and even parks are being closed because of something called coronavirus.



COLOR ME!

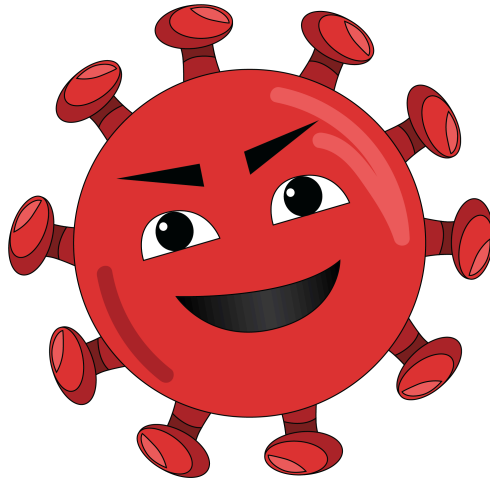
コロナウイルスってなんだろう？

What is coronavirus?



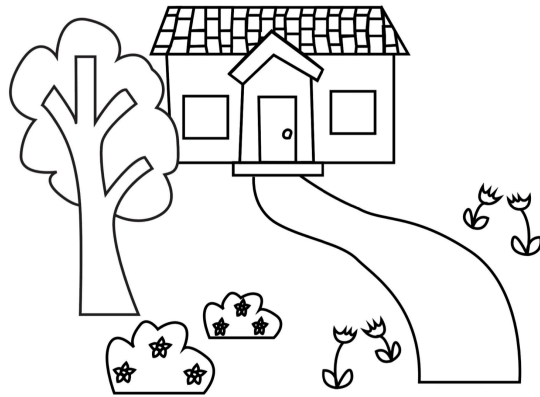
コロナウイルスはすごく小さなバイキンで、人々(ひとびと)を病気(びょうき)にさせてしまいます。

Coronavirus is a germ that is really small. It makes people sick.



コロナウイルスは、人々（ひとびと）がいっしょにいるときに広（ひろ）がってしまいます。わたしたちは家（いえ）にいるときは、コロナウイルスからはなれています。家（いえ）にすることで、みんなのけんこうを守（まも）ることができます。

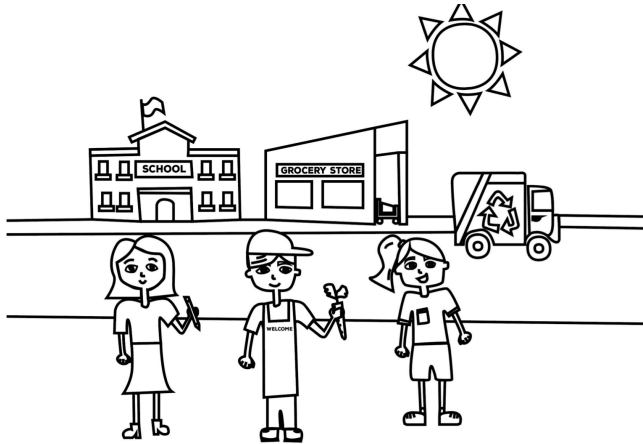
Coronavirus spreads when people are together. When we stay at home, we are staying away from coronavirus. This keeps us all healthy.



COLOR ME!

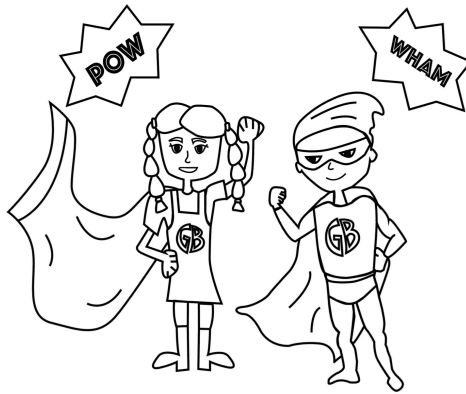
おとなたちは、コロナウイルスを食（く）いとめるために、すごくがんばってはたらいっています。

Grown-ups are working really hard to stop coronavirus.



COLOR ME!

きみは、バイキンハンターになる準備(じゅんび)ができたかな？
Are you ready to be a germ buster?



COLOR ME!

バイキンハンターには3つのお仕事(しごと)があります！
Germ busters have 3 jobs!



お仕事 #1: 20秒間(びょうかん)手を洗(あら)いましょう。ハッピーバースデーのうたを2回(かい)うたうと、20秒(びょう)数(かぞ)えられるよ！

Job #1: Wash your hands for 20 seconds. To count to 20 seconds, sing the Happy Birthday song or Baby Shark twice.

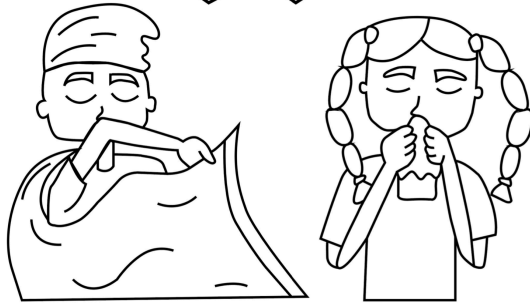


COLOR ME!

お仕事 #2: せきやくしゃみをするときは、口(くち)と鼻(はな)をおおいましょう。

Job #2: Cover when you Cough or Sneeze.

ACHOO



COLOR ME!

お仕事#3: 遠(とお)くから愛(あい)を送(おく)りましょう。

Job #3: Send love from a distance.



COLOR ME!

わたしたちで、コロナウイルスを食(く)いとめてみせよう！ みんなの役(やく)に立てて、うれしいな！

We will STOP coronavirus! I am happy I can help.



COLOR ME!

おしまい。わたしたちといっしょにぬりえをしてくれてありがとう！もし、ぬりえをつづけたかったら、ここをクリックしてね。

The End. Thank you for coloring with us! If you want to keep coloring, click [HERE](#)!

四年生から六年生

Grades 4-6

[This curriculum is divided into two lesson plans. Each one is designed as a single, scrollable webpage. Graphics to be inserted later will be indicated in italics.]

最近、大人たちはコロナウイルス についてよく話しています。これに関(かん)して、多くの質問があるとしたら、それは当然(とうぜん)のことです。このウェブサイトは、コロナウイルス に関(かん)することがらや、楽しいぬり絵のページもあります。(完成したら、描(か)いたものをSNSに投稿(とうこう)して、世界に広めましょう。@covidclassroomか@coloringforcovidをタグづけするか、ハッシュタグの#covidkindness、#germbuster、または#covidkidsを使うと、取り上げられる可能性(かのうせい)があります。)さあ、一緒(いっしょ)に勉強(べんきょう)しましょう！

Lately, grown-ups have been talking a lot about something called coronavirus. If you have a lot of questions, you are not alone. This website has facts about coronavirus and fun coloring pages, too. [When you're finished, you can post your creations on social media to spread the word. Tag @covidclassroom or @coloringforcovid for your chance to be featured, or use the hashtags #covidkindness, #germbuster, or #covidkids]. Let's learn together! *[Graphic of kids having fun coloring]*

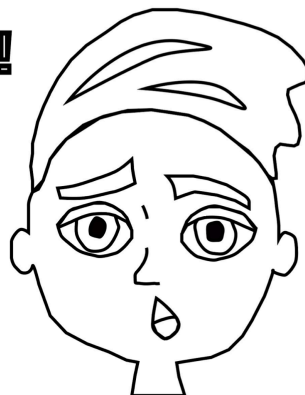
その1: コロナウイルスとは何かな？

Module 1: What is coronavirus?

最近、わたしたちは、多くの大ニュースを耳にしました。

Lately, we have heard a lot of BIG news.

**BIG
NEWS!**



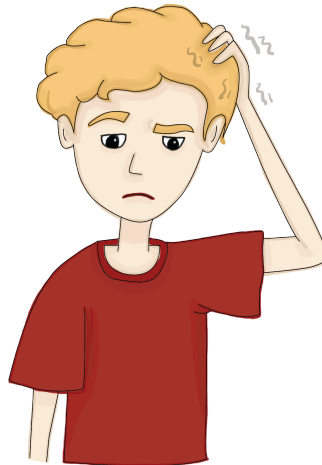
コロナウイルスというものにより、学校、公園、そしてレストランまでもが閉鎖（へいさ）されてしまいました。

Schools, parks, and restaurants are closing because of something called coronavirus.



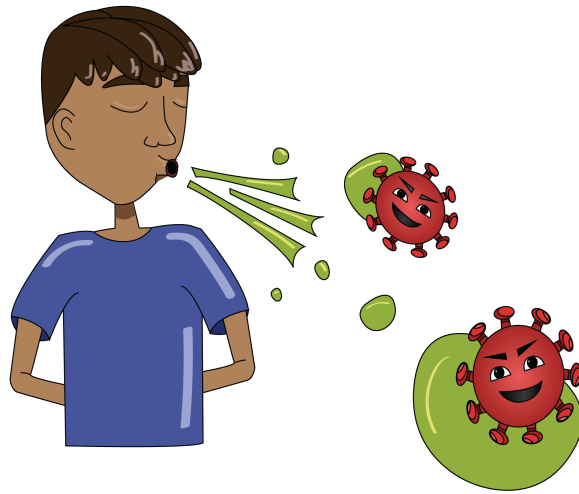
しかし、一体コロナウイルスとは何でしょうか？

But what exactly *is* coronavirus?



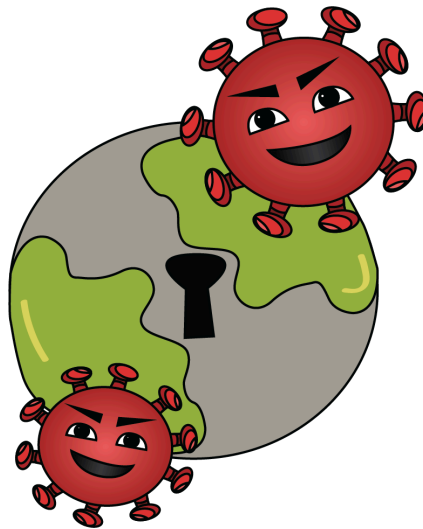
コロナウイルスは、人々を病気にさせてしまうバイキンのことです。コロナウイルス は、人から人へとうつることができます。でも、コロナウイルスには足がないので、すごく小さな水滴（すいてき）に乗って、移動（いどう）することを好みます。これらの水滴はわたしたちがせきやくしゃみ、または話すときに空中を飛ぶ可能性（かのうせい）があります。

Coronavirus is a germ that can make people sick. It can spread from person to person. But coronavirus doesn't have legs, so it likes to travel on tiny drops of water. These water drops can fly in the air when we cough, sneeze, or talk.



コロナウイルスは、わたしたちがさわる電話やタブレット、おもちゃの表面などにもかくれることができます。コロナウイルスはとても小さいので、目で見えることはできません。

Coronavirus can also hide on things we touch like phones, tablets, and toys. Coronavirus is so small that you can't even see it!



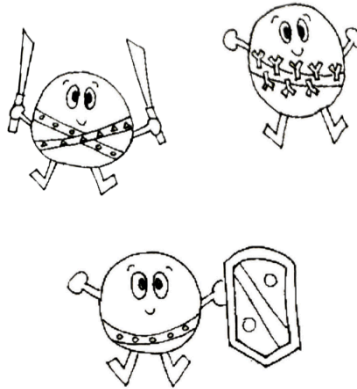
コロナウイルスが誰(だれ)かの体内に入ってしまうと、その人に熱(ねつ)を出させたり、せきをさせたり、時にはその人に呼吸(こきゅう)をしにくくさせてしまいます。さいわい、わたしたちの体はコロナウイルスに対抗(たいこう)して、戦(たたか)うことができます。

If coronavirus gets inside a person's body, it can give them a fever and a cough, and sometimes it can make it feel hard to breathe. Luckily, our body can fight back against coronavirus!

わたしたちの体の中には、体中を移動(いどう)してバイキンを探(さが)す、特別(とくべつ)な免疫細胞(めんえきさいぼう)たちがいます。バイキンを見つけると、これらの免疫細胞はバイキンを破壊(はかい)して、わたしたちの健康(けんこう)を守ってくれます。わたしたちは、風邪(かぜ)やインフ

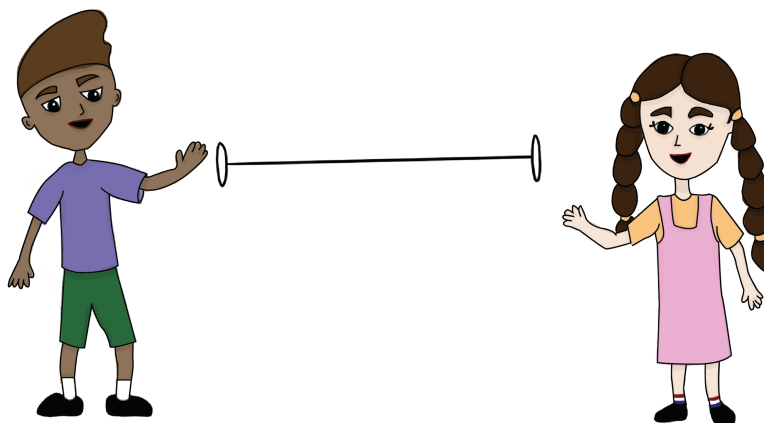
ルエンザで調子(ちょうし)を悪(わる)くしても、しばらくすると回復(かいふく)します。これは、免疫細胞がバイキンと戦(たたか)う手助けをしてくれているおかげです。

Inside our bodies, there are special immune cells that travel all around our bodies searching for germs. When they find germs, the immune cells destroy them and keep us healthy! When we feel sick from a cold or flu and then start to feel better, we can thank our immune cells for helping us fight the germs.



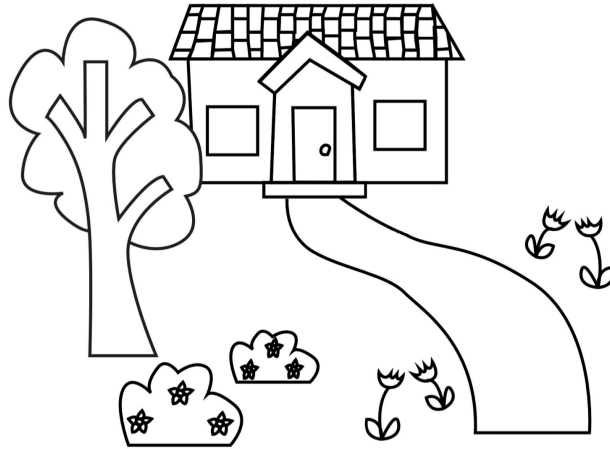
コロナウイルスを食い止めるベストな方法の一つが、ソーシャルディスタンスです。ソーシャルディスタンスは、家にいることや、人混(ひとご)みをさけることを意味します。コロナウイルスは、水滴(すいでき)に乗(の)って移動(いどう)するので、短い距離(きょり)しか移動できません。わたしたちがまわりの人から常(つね)に2mほどはなれていれば、コロナウイルスの拡散(かくさん)を防(ふせ)ぐことができます。

One of the best ways to stop coronavirus is through physical distancing. Physical distancing means staying at home and away from large groups of people. Since coronavirus travels in water droplets, it can only travel a small distance. If we try to stay six feet apart from other people, we can stop the spread of coronavirus.



ソーシャルディスタンスを守(まも)るために、学校やお店、そして映画館(えいがかん)は今、閉鎖(へいさ)されています。家にいることで、コロナウイルスを食い止めましょう。

Physical distancing is why schools, stores, and movie theaters are closed right now. Let's stay home to stop coronavirus.



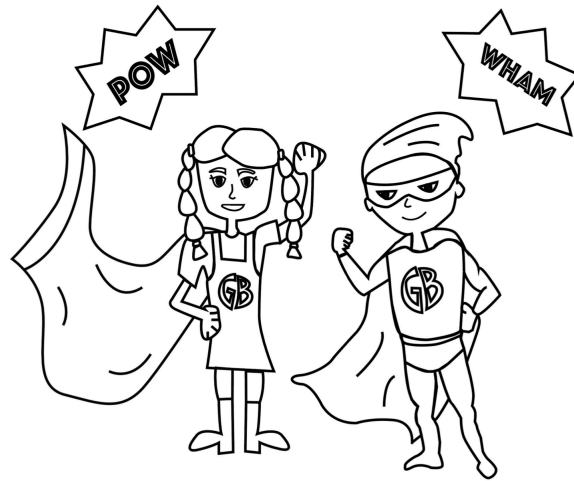
大人たちはコロナウイルスを食い止めて、みんなの健康(けんこう)を守るために、協力(きょうりょく)してはたっています。医者や看護師(かんごし)、トラックの運転手(うんてんしゅ)、そしてスーパーの店員(てんいん)や、お母さんやお父さんもみんな協力しています。

Grown-ups are working together to stop coronavirus and keep everyone healthy. Doctors, nurses, truck drivers, grocery store workers, and even moms and dads are all helping.



そして、君も手伝うことができます！次のレッスンでは、どうやったらバイキンハンターになって、コロナウイルスと戦(たたか)えるかについて習いましょう！

And YOU can help too! Click on the next lesson to learn how you can be a GERM BUSTER and help fight coronavirus.



その2:どうしたらわたしも手伝えるかな？

Module 2: How can I help?

バイキンハンターには5つの仕事があります。

Germ busters have 5 jobs.



お仕事#1:手を洗(あら)いましょう。

Job #1: Wash your hands.

手を洗おう！手を石けんと水で洗うことが、コロナウイルスに対する一番強力な武器（ぶき）です。コロナウイルスは石けんとふれると、20秒後には消えてしまいます。お医者さんたちは、これがバイキンをやっつける最（もっと）も効果的（こうかてき）な方法だと言っています。

Wash your hands! Cleaning hands with soap and water is our most powerful weapon against coronavirus. When coronavirus comes into contact with soap, it disappears after 20 seconds. Doctors say this is the most effective way to kill germs.



バイキンを破壊（はかい）するためにはまず、時間をかけて手の全体に石けんを行きわたらせましょう。わたしはハッピーバースデーの歌を2回歌って、全てのバイキンがいなくなることを確認（かくにん）しているよ。時には、同じメロディーで自分の替（か）え歌をつくったりしているよ！

It takes time to make sure that every part of your hands are covered with soap to destroy the germs. To make sure all the germs are gone, I sing the Happy Birthday song twice while washing my hands. Sometimes I even make up my own words to the same tune, or try Baby Shark!

[\[動画\]](#)

[\[Video of singing while washing hands\]](#)

お仕事#2: せきやくしゃみをするときは、口や鼻（はな）をおおきましょう。

Job #2: Cover your mouth and nose when you cough and sneeze.

ひじやティッシュを使って、口や鼻をおおきましょう。せきやくしゃみをする時、水しぶきが飛び、コロナウイルスはこの水しぶきによって、人から人へとうつります。せきをする時にひじで受け止めたり、くしゃみをする時にティッシュでおおうようにすると、水しぶきが飛ばないため、コロナウイルスの感染経路（かんせんけいろ）を止めることができます。

Cover your mouth and nose with your elbow or a tissue. Coughs and sneezes release water droplets, and coronavirus can use these water droplets to spread from person to person. If you instead cough into your elbow or sneeze into a tissue, the water droplets don't fly and coronavirus gets stopped in its tracks.



お仕事3: 遠くから愛(あい)を送りましょう。

Job #3: Send love from a distance.

一緒(いっしょ)に住んでいない人たちからは、距離(きょり)をおきましょう。これが、わたしがバイキンハンターとしてする仕事の中で、一番苦手(にがて)な事です。でも、これをみんなが守れば、すぐにまたこれまで通りに会えるようになるはずです。

Keep away from people who don't live with you. This is my least favorite part of being a Germ Buster. I miss being out with my friends at school and giving my grandparents hugs. But if we all keep safe, we will be able to do those things again soon.

家族や友達にビデオ通話をして、話すことができます。わたしは、電話であいさつをすることで、家族や友達をハッピーにできているよ。

But you can call and video chat with family and friends. I think it makes them happy to say hello through the phone.



お仕事#4: 自分の部屋やおもちゃをきれいにしよう。

Job #4: Clean your room and your toys.

コロナウイルスは、色々な物に長い間くっついてかくれることができます。アルコールなどを含（ふく）む洗剤（せんざい）で全部きれいにすると、バイキンをやっつけることができます。わたしはタブレットやパソコンをよく使うから、これらの画面をきれいにするときは、特（とく）に注意しているよ。そして、お母さんとお父さんが家の中を掃除（そうじ）するときは、わたしも手伝っているよ。わたしたちは、バイキンを倒（たお）すための同じチームの一員だ！

Coronavirus can hide in messy places for a long time. When everything is washed with special cleaners that contain alcohol and other chemicals, the germs are killed. I am extra careful to clean the screen on my tablet and computer, since I use them a lot. I also help mom and dad clean around the house. We are all on the same team to beat germs!



お仕事 #5: 健康的（けんこうてき）に食べて、たくさんお水を飲もう。

Job #5: Eat healthy and drink lots of water.

体に必要な栄養（えいよう）をとることが重要です。栄養素（えいようそ）は、免疫細胞（めんえきさいぼう）のはたらきを良くしてくれます。栄養素をとると、免疫細胞がバイキンを探（さが）し出して、やっつけることができます。毎日、果物（くだもの）や野菜（やさい）を食べて、毎食一杯（いっぱい）のお水を飲みましょう。わたしは体を大切に、体が強く健康でいられるようにがんばります！

It is important to give your body the nutrients it needs. Nutrients help your immune cells work better, so they can track down and kill germs. Eat fruits and vegetables every day, and drink a glass of water with every meal. I take care of my body, to help it stay healthy and strong!



わたしたちで、コロナウイルスを食い止めてみせよう！みんなの役に立てて、うれしいな！

We will STOP Coronavirus! I am happy I can help.



おしまい。わたしたちと一緒に(いっしょ)にぬり絵をしてくれてありがとう！もし、ぬり絵を続けたかったら、[ここをクリック](#)してね。

The End. Thank you for coloring with us. If you want to keep coloring, click [HERE](#)!

保護者・教師用ガイド

Caregiver/Teacher Guide

コロナウイルス教室は、子供達がコロナウイルスについてインタラクティブに、そして年齢に応じて学ぶことができるようにデザインされました。小学生版のカリキュラムは2部に分けられています。一つは一年生から三年生、もう一つは四年生から六年生向けにデザインされています。これらのモジュールは、保護者・教師の方がお子様と一緒にすることも、お子様が単独で資料を見ることもできます。いずれの場合にも、本教材がコロナウイルス感染症およびそれによりご家庭内で生まれた新たなルーティン(なぜスポーツの練習がキャンセルされたのかや、なぜ親がリモートで仕事をしているのかなど)についてお話しをされる上で、役に立つ資料となることを願っております。

COVID-19 Classroom is designed to give children the opportunity to learn about the novel coronavirus in an interactive and age-appropriate way. The elementary curriculum is divided into two sections: one for children in grades 1-3, and the other geared toward children in grades 4-6. Whether you work through these modules together with your child or allow them to explore the material on their own, we hope you find COVID-19 Classroom a useful resource to talk with your child about COVID-19 and the new changes in your family's routine (why school is closed, why sports practice has been cancelled, why mom or dad may be working from home now, etc.)

コロナウイルス教室の小学生版のカリキュラムは、「バイキンハンターズ vs. コロナウイルス」という、COVID-19のためにつくられた塗り絵の本をもとに作成されています。塗り絵のページの多くはカリキュラム内に含まれております。お子様がオンラインで教材に取り組む際には、各ページを一枚ずつ印刷するか、全ての画像を先に印刷して行ってください。先に印刷される場合は、こちらのワークブックフォーマットをクリックしてください。

The COVID-19 Classroom elementary curriculum is based on the Coloring for COVID-19 “Germ Busters vs. Coronavirus” coloring book. Many coloring pages are embedded within the

curriculum. You may print out each page one at a time as your child works through the learning materials online, or print out all images in advance in a workbook format here: [ADD LINK]

また、コロナウイルスに関するお子様からの質問に答える際に参考となる追加情報を下に掲載しております。

We've also provided additional information about the virus below, to help you answer questions your child may have as they work through the COVID-19 Classroom curriculum.

COVID-19早読み表(アメリカ疾病対策予防センター(CDC) による、COVID-19のファクトシートとよくある質問から転載してあります。)

Fast Facts about COVID-19 (adapted from the CDC COVID-19 [Fact Sheet](#) and [Frequently Asked Questions](#))

- SARS-CoV-2、あるいは「新型コロナウイルス」と呼ばれることもあるCOVID-19は、コロナウイルス科に属するウイルスです。
- COVID-19, also known as SARS-CoV-2 and sometimes referred to as a “novel coronavirus,” is a member of the coronavirus family of viruses.
- 2019年12月に中国の武漢において、COVID-19の初めてのケースが報道されました。それから、世界中の国々にウイルスが拡散し、2020年3月には、世界保健機関(WHO)がCOVID-19の感染拡大について、パンデミック(世界的大流行)にあたると宣言しました。
- The first cases of COVID-19 were reported in Wuhan, China in December 2019. Since then, the virus has spread to countries all throughout the world. In March 2020, the World Health Organization classified the spread of COVID-19 as a pandemic based on its global transmission.
- COVID-19は人から人へと飛沫感染します。これらの呼吸器飛沫は、感染者が咳やくしゃみ、または呼吸をする時に空気中に飛散します。現在は、新型コロナウイルスは人と人との間を約2m(6フィート)の距離まで拡散できると信じられています。
- COVID-19 is spread person-to-person through droplet transmission. These respiratory droplets enter the air when an infected person coughs, sneezes, or breathes. It is currently believed that the virus can spread distances up to 6 feet between people.
- COVID-19に感染した人の症状は様々です。無症状の人もいれば、重度の呼吸器症状まで呈する人もいます。最も一般的に現れる症状としては、発熱や咳、息切れ、小児の場合は下痢などが報告されています。
- Persons infected with COVID-19 can have different presentations, ranging from being asymptomatic to showing severe respiratory symptoms. The most commonly reported symptoms include fever, cough, and shortness of breath, and diarrhea in children.
- 現在のところ、大人と小児の間に感染リスクの違いは見られません。COVID-19の症状は、小児でも大人でも似た症状が現れるとされており、小児の場合は重度な症状が比較的現れにくいと言われています。
- So far, there is no evidence that children are at an increased risk for becoming sick with COVID-19 when compared with adults. The symptoms of COVID-19 can be similar in both children and adults, with children often having less severe symptoms.

安全かつ健康でいる方法(アメリカ疾病対策予防センター(CDC)の [How to Protect Yourself & Others](#) と [MGH Clay Center for Young Healthy Minds 7 Ways to Support Kids and Teens Through the Coronavirus Pandemic](#)より転載)

Ways to Stay Healthy and Safe (adapted from the CDC [How to Protect Yourself & Others](#) and [MGH Clay Center for Young Healthy Minds 7 Ways to Support Kids and Teens Through the Coronavirus Pandemic](#))

- [手を頻繁に洗いましょう。](#) 米国疾病対策予防センター(CDC)は、石鹸と水を使って最低20秒間、頻繁に手を洗うことを推奨しています。20秒間とは、「ハッピーバースデー」の歌2回分(あるいは「どんぐりころころ」1回分)に当たる長さです。外出中で石鹸や水を使えない場合は、最低60%のアルコールを含む手指消毒剤を使用してください。
- [Wash your hands often.](#) The Centers for Disease Control and Prevention (CDC) recommend washing hands often with soap and water for at least 20 seconds. To estimate 20 seconds, have your child sing the “Happy Birthday” song two times (or another one of their favorite tunes). If you’re on the go and away from soap and water, use a hand sanitizer that contains at least 60% alcohol.
- [できる限り人混みを避け、家にいましょう。](#) 不要不急の外出を控えるようにし、可能である限りスーパーや公園、またはレストランに行くことは制限してください。COVID-19は約2m(6フィート)以下の距離にいる人と人との間で拡散されているので、ソーシャルディスタンスを保つことによって、COVID-19の拡散が減速するとされています。
- [Stay home as much as possible and avoid large groups of people.](#) Limit unnecessary travel as well as trips to the grocery store, parks, or restaurants whenever possible. Since COVID-19 spreads from person-to-person over distances of 6 feet or less, this practice, sometimes called **physical or social distancing**, is meant to slow the spread of the virus.
- [外出時は、口と鼻を布またはマスクで覆いましょう。](#) CDCのガイドラインでは、症状がない場合でも、自分自身やまわりの人達を感染から守るために、布製のフェイスカバーまたはマスクを使用することを推奨しています。2歳未満の子供や呼吸困難の症状がある人は、布製のフェイスカバーを使用しないでください。
- [Cover your mouth and nose with a cloth or mask when you are out in public.](#) The CDC now recommends using cloth covers or masks as a way for you to protect the people around you, *even if you may not feel sick*. Do not use cloth coverings for children under 2 years old or for people who have trouble breathing. For more information, click [here](#).
- [COVID-19についてお子様に話しましょう。](#) COVID-19は多くの人々に心配やストレスを与えています。子供もその例外ではありません。お子様とCOVID-19について話す時は、まずゆっくりと会話を始めて、お子様がCOVID-19についてどれだけ既に知っているかを確認してみてください。そして、コロナウイルス教室の教材を使い始める前または完了した後に、質問があるか聞いてみましょう。この際、どんな些細なことでも質問してもらうように促しましょう。また、「コロナウイルスは私たちの生活にどのような影響を与えたと思う？」などと聞いて、ウイルスに関する話題をお子様から引き出すことも効果的です。
- [Talk with your kids about COVID-19.](#) COVID-19 has provoked worry and stress in many people, and children are no exception. Try to calmly begin a conversation with your child and see what they may already know about COVID-19. Ask them what questions they have before or after completing the COVID-19 Classroom modules. Provide reassurance

that no question is silly or unimportant. You may also consider asking them to tell a story about the virus: “How has coronavirus affected your family or daily life?”

- **お子様の悲しい気持ちや心配を理解してあげましょう。**心配になり、悲しくなるということは、正常な反応です。怖くなったり、混乱してしまったりした時は、保護者ご自身や、他の信頼できる大人に話すように教えてあげましょう。また、他に感情を鎮める方法としては、日記を書いたり、絵を描くことも効果的です。この困難な時期にお子様をサポートするためのさらなるヒントについては、こちらの[リンク](#)もご覧ください。
- **Validate your child’s feelings of worry or sadness.** These are normal reactions. Encourage your child to talk with you or another trusted adult when they feel scared or confused. Other ways for them to process their feelings might include writing in a journal or drawing. For additional age-specific tips about supporting your child during this difficult time, check out this great [resource](#).
- **家で行う日常のルーティンを取り入れましょう。**一人で遊ぶ時間、読書をする時間、家族の時間、自由時間、外に出てリフレッシュする時間などをしっかり取りましょう。お子様の新たな日常を確立するにあたって、就寝時間と起床時間を毎日固定することも重要となります。在宅時間が増えたことに関してどのように対応しているか、お子様と話し合ってみましょう。
- **Set a daily routine at home.** This could include time set aside for individual play, reading, family time, quiet time, or getting some fresh air. Consistent bedtimes and wake-up times may also help to establish a “new normal” for your child. Talk with your child to see how the adjustment to staying at home is going.
- **お子様の自宅での勉強を応援してあげましょう。**教科書を読む、宿題を終わらせる、教育番組を見る、または同級生とビデオ通話で連絡する時など、お子様が学校の勉強を家でする姿を、見守って応援してあげましょう。
- **Encourage your child to stay involved in school** through reading, completing worksheets, watching educational TV shows, or staying connected with classmates over video chat

出典:

Sources

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/prevention.html>

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/faq.html#Coronavirus-Disease-2019-Basics>

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/children.html>

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/downloads/2019-ncov-factsheet.pdf>

<https://www.massgeneral.org/children/infectious-diseases/how-to-talk-to-kids-about-coronavirus>

補足情報:

Extra Resources

ファクトシート

Fact Sheets



Why is school closed?

There's a germ called Coronavirus that can make people sick.



What is Coronavirus?

We want people to stay healthy!



Why can't I visit or hug my grandparents and friends?

Grandma and Grandpa are older and we don't want them to get sick.



You can visit your grandparents and friends soon when the germ goes away. For now, we can call and video chat with them!



What if I'm worried about me or my family getting sick?



It's normal to have worries. First, talk to an adult.

Try taking five slow, deep breaths to help your body feel calm and safe.

Next, find something fun to do instead of worrying!





What can I do to be a germbuster?

The germ likes to live on things we touch. Wash your hands with soap and count to 20 to make the germ go away!





If you cough or sneeze, cover your nose and mouth with your elbow!





Remember, there are lots of grownups here to help!

Hey parents and caretakers!

- ✓ Be sure you and your children are practicing proper hand-washing technique and stay home as much as possible.
- ✓ Ask your child what they know about the virus. Reassure them and answer questions at an age-appropriate level.
- ✓ Monitor yourself and your children for any signs of COVID-19 and seek the guidance of a healthcare provider.

Created by the COVID-19 Health Literacy Project in collaboration with Harvard Health Publishing

Reviewed by:
 Rachel Conrad, MD
 Gene Beresin, MD, MA
 Baruch Krauss, MD, EdM
 Edwin Palmer, MD, MPH
 Janis Arnold, MSW, LICSW
 Chloé Nunneley, MD
 Carolyn Snell, PhD
 Kristin Barton, MA, CHES
 Erin Graham

Why is our school closed?

Let me tell you about COVID-19!

What is COVID-19?

It's a new germ that also goes by Coronavirus.

It can make people sick, like the cold or flu.

It doesn't have legs, so it likes to travel on drops of water that are so tiny that you can't see them. When someone sneezes or coughs, it goes along for a ride.

It can also stick around on objects like doorknobs and phones.

It doesn't like soap and goes away when you wash your hands!

Lots of doctors and scientists are working on medicines so COVID-19 doesn't make more people sick, but for now...

Be a germbuster!

- ✓ Wash your hands before you eat, after touching your face, and after using the bathroom
- ✓ Sing Happy Birthday or Baby Shark while you scrub!
- ✓ Cover your mouth with your elbow if you cough or sneeze
- ✓ Stay home as much as you can, and talk with friends and family on the phone and online
- ✓ Help your family by doing a chore everyday!
- ✓ Ask a trusted adult to answer any questions you have, and tell them if you feel worried. It's normal! Mindfulness apps, exercise, and reading books can help too.

If everyone does their best to stay healthy, there is a better chance that people around them can stay healthy too!

- Don't touch your eyes and face
- Don't hug or kiss your grandparents
- Don't worry if you start to feel sick. Tell a trusted adult and rest for a few days so you can feel healthy again!

Created by the COVID-19 Health Literacy Project in collaboration with Harvard Health Publishing

Reviewed by:
Rachel Conrad, MD
Gene Beresin, MD, MA
Baruch Krauss, MD, EdM
Edwin Palmer, MD, MPH
Janis Arnold, MSW, LICSW
Chloe Nunneley, MD
Carolyn Snell, PhD
Kristin Barton, MA, CHES
Erin Graham

さらに、子供用にデザインされたコロナウイルスに関する塗り絵や、年齢別の情報については www.coloringforcovid.com をご覧ください。

For more coloring sheets and age-appropriate information about coronavirus designed just for kids, visit www.coloringforcovid.com.