

3つの感染症（病気・不安・差別）に振りまわされないために私たちにできること

第1の感染症（病気）を防ぐ

- 「手洗い」「咳エチケット」「3密を避ける」など1人1人が衛生行動を徹底する

ウイルスに立ち向かうための行動をこころがけることはもちろん、自分のためだけでなく周りのひのためにもすることが大切です。



第2の感染症（不安）を防ぐ

- 「気づく力」を高める

今の状況を整理し、考え方、気持ち、ふるまいなど自分自身をいろんな角度から観察してみましょう。

- 「自分を支える力」を高める

自分の安全や健康のために必要なことを見極めて自ら選択しましょう。

- 「聴く力」を高める

ウイルスに関する悪い情報ばかりに目が向いていたり、なにかと感染症と結び付けて考えたりしていませんか。



第3の感染症（差別）を防ぐ

- 「確かな情報」を広める

さまざまな情報があふれる中、確かな情報を見極め不確かな情報を不用意に広めないようにしましょう。

- 差別的な言動に同調しないようにする

不安をあおることは病気に対する偏見や差別を強めることとなります。



人権に関する相談窓口

長崎県人権教育啓発センター（長崎県人権・同和対策課） ☎095-826-5115

○受付時間 午前9時～午後5時

○休館日 祝日・振替休日・年末年始（12月29日～1月3日）

みんなの人権110番（全国共通人権相談ダイヤル） ☎0570-003-110

○受付時間 平日午前8時30分～午後5時15分 ※最寄りの法務局につながります。

子どもの人権110番 ☎0120-007-110

○受付時間 平日午前8時30分～午後5時15分

STOP! コロナ差別

～今こそ人権について考えましょう～

新型コロナウイルス感染症の感染者が増え続けています。全国では感染者やその家族、周囲の人への差別や誹謗中傷が問題になっています。「自分や家族がもし感染したら」という想像力を持ち、不確かなうわさや差別に振り回されないよう冷静な行動と言動をこころがけましょう。

☎健康ほけん課健康づくり班 ☎22-9125

負の連鎖で感染症が広がる仕組み～3つの「感染症」を理解しよう～

第1の感染症「病気」

ウイルスがもたらす第1の感染症は、病気そのものです。

新型コロナウイルスは、感染者との接触でうつることがわかっており、風邪症状や重症化して肺炎を引き起こすこともあります。

③差別を受けるのを恐れ、受診をためらい、さらなる病気の拡散につながる

①未知のウイルスでわからないことが多いため「不安」が生まれる

第3の感染症「差別」

不安や恐怖心からウイルス感染にかかわる人などを日常生活から遠ざけ差別するなど、社会のつながりを壊してしまいます。不安や恐れは、人間の生き延びようとする本能を刺激し、差別を生み出します。

第2の感染症「不安」

ウイルスに対する薬やワクチンは開発段階です。県などから発表される新規感染者についての情報は個人情報保護の観点から、公開される情報に限界があり、不安に思うこともあるかもしれません。

②人間の生き延びようとする本能によりウイルス感染にかかわる人を遠ざける

負の連鎖を断ち切るためには、1人1人の行動が鍵になります