

COVID-19 中の子供、若者と家族

学校

BC 州の学生は、9 月に対面学習に戻りました。対面学習は、生徒の教育、幸福、社会的および感情的な発達にとって重要です。全員の安全を守るために、新しい健康と安全対策が実施されています。これらには、マスクの着用、手洗い、および物理的距離を置くことが含まれます。

12 歳以上のすべての職員、ボランティア、訪問者は、非医療用マスクまたは、学校内のすべての屋内で、フェイスカバー(マスク)着用義務があります。ただし、以下の場合を除きます。

- 人の助けなしで、マスクを着用あるいは取り外すことができない方
- 仕切りがある場合
- 飲食中

9 歳から 11 歳の生徒はマスク着用が推奨されています。9 歳以下の生徒は、マスク着用の必要はなく、ご家族での判断となります。

詳細は下記をご覧ください。

- [BC 疾病管理センター：保育所、学校およびキャンプ](#)
- [BC 疾病管理センター：K-12 と COVID-19](#)
- [BC 州政府: COVID-19 安全な学校](#)
- [BC 州政府: 親および家族向けの情報](#)
- [BC 州政府: K-12 健康チェック](#)
- [BC 州政府: 州による K-12 向け COVID-19 健康&安全ガイダンス \(PDF, 585KB\)](#)

学校での曝露

学校が再開されるにつれ、COVID-19 への曝露が増えることについて心配するかもしれません。最寄りの地域保健局からの学校での曝露についての情報は、下記をご覧ください。

- [フレーザー保健局：学校での曝露](#)
- [インテリア保健局学校での曝露](#)
- [アイランド保健局：学校での曝露](#)
- [ノーザン保健局：学校での COVID-19 への曝露](#)
- [バンクーバーコースタル保健局：VCH の学校での曝露](#)

あなたやあなたの子供は、COVID-19 検査がどのように提供されるのか疑問に思っているかもしれません。検査を受けなければならない子供に対しての不安や心配の軽減の手助けのため、BC 小児病院は情報を提供するビデオを作成しました。検査がどのように行われるのか、また検査を受ける時、子供がどう感じるのかについての、チャイルド・ライフ・スペシャリストによる紹介があるので、それを見てください。[子供向け COVID-19 検査](#)についての詳細を理解するためにぜひビデオを見てください。COVID-19 の検査は、風邪、インフルエンザ、またはコロナウイルス感染のような症状、さらには軽度の症状がある人に推奨されています。症状がない場合は、検査は必要ありません。照会したり、[8-1-1](#) に電話したりする必要もありません。[検査および検査場所について学ぶ](#)。

妊婦及び乳幼児の健康

妊娠

妊娠により COVID-19 感染のリスクが高くなることはありません。妊婦は、他のコミュニティの人々と同様の自主隔離ガイドラインに従うべきです。妊娠中、病気になった場合、かかりつけの医療従事者と話し、COVID-19 の検査を受けるべきです。

妊娠と COVID-19 に関する詳細は、下記をご覧ください。

- [BC ウィメンズ病院、患者のための COVID-19 情報\(よくある質問\)](#)
- [カナダ政府：COVID-19 中の妊娠、出産、新生児の世話](#)

乳児への授乳

母乳による授乳は乳児を病気から守るうえで良い方法です。母乳による授乳を続け、赤ちゃんとの肌と肌のスキンシップを続けましょう。手を頻繁に洗うことは、赤ちゃんを風邪から予防することに役立ちます。より安全であるために、母乳による授乳を行う時、気分がよくない場合はマスクを着用しましょう。搾乳器を使用している場合は、毎回ポンプと授乳装置をすべて徹底的に洗いましょう。調製粉乳だけの授乳、または補充として使うあるいは、よく使う場合は、2 週間続くのに十分な調製粉乳を手元に用意しておきましょう。

COVID-19 中の乳児への授乳に関する詳細は下記をご覧ください。

- [BC 疾病管理センター：乳児](#)
- [BC 疾病管理センター：母乳による授乳と COVID-19](#) (PDF 590KB)
- [BC 周産期サービス: COVID-19 と母乳による授乳に関するよくある質問](#) (PDF, 89KB)
- [BC 周産期サービス: COVID-19 および乳児用調製粉乳による授乳に関するよくある質問](#) (PDF, 139K)

COVID-19 期間の子育て

パンデミック中の子育てには独自の難題が伴います。子供は退屈し、友達に会いたがります。保育所や学校に通っていない子供もいます。子供の身体および精神における健康について余計に心配するかもしれません。

パンデミック中の積極的な子育て

子供や若者は、友達と離れ、いつもの活動に参加できないことに対応するため、さらなるサポートが必要かもしれません。パンデミックについて子供や若者との話し方について学びましょう。

- [カナダ小児科学会: 子供や 10 代の若者のストレスのある公共イベントへの対応を助ける](#)
- [カナダ小児科学会: COVID-19 についてどのようにあなたは子供に話しますか? 「現実的に安心する」状態に](#)
- [カナダ小児科学会: COVID-19 中の子育て : 新たな未開拓領域](#)
- [BC チャイルドヘルス: COVID-19 によるパンデミック中の親および保護者へのメッセージ \(PDF, 351KB\)](#)
- [メディア・スマート: ソーシャルディスタンスをしている間、子供が連絡を取り合うのを助ける](#)
- [メディア・スマート: パンデミック中ソーシャルメディアと画面を見ている時間](#)

青年とその親のためのリソース

パンデミック中あなたの 10 代の子供をどのようにサポートするかについて学びましょう。

- [カナダ小児科学会: COVID-19、若者と薬物使用：若者と家族に向けた重要なメッセージ](#)
- [カナダ小児科学会: COVID-19 によるパンデミックに若者が対応するために役立つヒントやコツ](#)
- [子供ヘルプ電話: COVID-19 中、我々はあなたのためにここにいます](#)

子供と若者のメンタルヘルスの促進

物理的距離の必要と隔離は、子供と若者のメンタルヘルスに影響を与える可能性があります。子供をサポートするためのリソースを見つけましょう。

- [カナダ小児科学会: COVID-19 および#物理的距離をおいている間、子供が憂鬱な気持ちと戦うのを助ける方法](#)
- [カナダ小児科学会: COVID-19 によるパンデミック中不安障害を持つ若者をサポートする](#)
- [カナダ小児科学会: 恐怖と不安に対応するための CARD 制度](#)
- [機関間常設委員会: 私のヒーローはあなたです: 子供と COVID-19 との戦い方!](#)
- [メンタルヘルスと COVID-19](#)

子供に対する COVID-19

子供は一般的に大人より COVID-19 の症状が軽いです。子供における COVID-19 の影響および子供を安全にする方法に関する情報は [BC 疾病管理センター: COVID-19 と子供](#) をご覧ください。

発疹と炎症反応

子供は、COVID-19 に感染した数週間後に発疹、皮膚病変あるいは、炎症反応を発症すると報告されています。「COVID Toes」もまた、霜焼けのような病変として知られ、COVID-19 と合わせて見られるいくつかの皮膚病変の一つです。これらの皮膚病変は特異な発疹と思われます。これらは通常、子供あるいは若年成人によく見られ、重度の疾患を伴うものではありません。

小児多系統炎症性症候群(MIS-C)

小児多系統炎症性症候群(MIS-C)は 小児および青年の間で新たに認識された臨床症候群です。MIS-C は肥大した免疫反応によって発生するといわれており、重度の広範囲にわたる炎症につながります。心臓、消化器系、肺、腎臓、脳、皮膚、目、リンパ節など体の異なる部分が炎症を起こす可能性があります。それは深刻で致命的にさえる可能性もありますが、ほとんどの子供たちは医療ケアで良くなります。

発疹と炎症反応に関する詳細は下記をご覧ください。

- [BC 疾病管理センター：発疹と炎症反応](#)

特別な健康上のニーズが必要な子供

あなたの子供が特別な健康上のニーズを必要とする場合、さらに心配するかもしれません。

- [自閉症は語る: 家族向けの COVID-19 情報&リソース](#)
- [BC 疾病管理センター：免疫力が低下している子供](#)
- [BC 小児病院: 吸入器投与追跡用紙 \(PDF.129KB\)](#)
- [カナダ小児科学会: 小児喘息と COVID-19](#)
- [カナダ小児科学会：1 型糖尿病と COVID-19：学校に戻る](#)
- [カナダ小児科学会: あなたの子供に ADHD がある時: パンデミック中の対処](#)
- [シック・キッズ: COVID-19 危機を通して神経発達障害を持つ子供をサポートする](#)

安全

パンデミック中のけがの予防については下記をご覧ください。

- [COVID-19 中のけがの予防](#)
- [カナダ小児科学会: COVID-19 中の家でのけがを防ぐ](#)

最終更新：2021 年 8 月 24 日

上記情報は 2021 年 8 月にページアクセスした、[BC 疾病管理センター: 検査情報 ページ](#)、[BC 疾病管理センター: 発疹および炎症反応年齢](#)、[BC 疾病管理センター: 乳児 ページ](#)、[BC 婦人科病院、患者向け COVID-19 情報 \(よくある質問\) ページ](#)、[BC 疾病管理センター：K-12 と COVID-19](#) および [BC 疾病管理センター: 子供および若者向け COVID-19 検査](#) から引用しています。