

## COVID-19 期間中の子ども、青少年および家族

### 学校

春休み後、幼稚園から高校までの職員、生徒または訪問者は、校内でマスクを着用する必要はありません。マスクの着用について、公衆衛生局による推奨がなくなってからでも、個人で判断して着用してください。生徒および職員の中には、日中あるいは、特定のアクティビティの際、非医療用マスクあるいはフェイスカバーを引き続き着用する人もいるかもしれません。学校内でのマスク着用の判断は、尊重されなければいけません。

詳細は下記をご覧ください：

- [BC 疾病管理センター：チャイルドケア、学校およびキャンプ](#)
- [BC 疾病管理センター：幼稚園から高校と COVID-19](#)
- [ブリティッシュ・コロンビア州政府：COVID-19 に安全な学校](#)
- [ブリティッシュ・コロンビア州政府：親および家族向けの情報](#)
- [ブリティッシュ・コロンビア州政府：幼稚園から高校までの毎日の健康チェック](#)
- [ブリティッシュ・コロンビア州政府：幼稚園から高校向けの州の COVID-19 に対する伝染病ガイドライン](#)
- [ブリティッシュ・コロンビア州政府：幼稚園から高校向けの州の COVID-19 に対する伝染病ガイドライン \(PDF 585KB\)](#)

### 学校での曝露

学校の授業が再開される際、COVID-19 への曝露の増加が心配かもしれません。最寄りの地域保健局による学校での曝露についての情報は、下記をご覧ください：

- [フレージャー保健局：学校での発生](#)
- [インテリア保健局：学校での COVID-19 への曝露](#)
- [アイランド保健局：学校での COVID-19](#)
- [ノーザン保健局：公共曝露、発生および実施](#)
- [バンクーバーコースタル保健局幼稚園から高校、チャイルドケアのコミュニティにおいて](#)

あなたとお子さんは、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。BC 州子供病院は、検査を受ける必要がある子供たちの不安や心配を減らすために参考になるビデオを作成しました。チャイルド・ライフ・スペシャリストが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紹介しているので、それをご覧ください。[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方に推奨されています。症状がない場合は、検査の必要はありません。また、照会や、**8-1-1**に電話する必要もありません。[検査および検査場所について知る](#)。

## 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わなければなりません。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：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、ポンプと授乳器を毎回よく洗いましょう。調製粉乳を補充的に、あるいはよく使う場合は、2週間分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 中の子育て

パンデミック中の子育てには独特の難しさがあります。子供は退屈し、友達に会いたがりです。チャイルドケアや学校に通っていない子供もいます。子供の心身の健康について心配することが増えるかもしれません。

### 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、いつものアクティビティ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どのように話すかについて学びましょう。

- [カナダ小児科学会：ストレスの多い公共イベントに対処する子供や10代の若者を助ける](#)
- [カナダ小児科学会：COVID-19について、子供にどのように話しますか? 「現実的な安心感」を持つ状態にする](#)
- [カナダ小児科学会：COVID-19 中の子育て：新たな未開拓領域](#)
- [メディア・スマート：社会的距離を置きながら、子供が連絡を取り合うのを助ける](#)
- [メディア・スマート：パンデミック中でのソーシャルメディアおよびスクリーンの視聴時間](#)

### 思春期の子供とその親のための資料

パンデミック中に、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、若者および薬物使用：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 パンデミック中の思春期の子供への対応とコツ](#)
- [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

物理的距離の要件と隔離は、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](#)
- [関連機関常任委員会：ヒーローはあなたです：子供が COVID-19 と戦うには!](#)
- [メンタルヘルスと COVID-19](#)

## 子供における 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。COVID-19 の間のケアへアクセスする時期に関する詳細は、[チャイルド・ヘルス BC：COVID-19 によるパンデミック中の両親および介護者へのメッセージ](#) (PDF 351KB) をご確認ください。

### 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。霜焼けのような病変としても知られている「COVID による足指」は、COVID-19 と合わせて見られるいくつかの皮膚病変の 1 つです。これらの皮膚病変は特定の発疹のようです。これらは通常、子供あるいは若年成人によく見られ、重度の病気とは関係ありません。

### 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されており、重度で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。それは重度で致命的にさえな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回復します。

## 健康において特別なニーズが必要な子供

子供が健康において特別支援を必要とする場合、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 州子供病院：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 がある場合：パンデミック中の対処](#)
- [SickKids：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](#)

## 安全性

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 中の家庭でのけがを防ぐ](#)

最終更新日：2022 年 3 月 11 日

上記情報は以下から採用されています。[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、[患者向けの BC 婦人科病院](#)、[COVID-19 に関する情報（よくある質問）](#) ページ、[BC 疾病管理センター：幼稚園から高校および COVID-19](#) および [BC 疾病管理センター：検査のタイプ](#) ページ 2021 年 8 月アクセス。

---

ヘルスリンク BC ファイルのトピックスに関しては、[www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files](http://www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files) をご覧いただくか、最寄りの公衆衛生局をお尋ねください。緊急を要しない BC 州における健康情報およびアドバイスについては、[www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca) をご覧いただくか、**8-1-1** (フリーダイヤル) までお電話ください。耳が不自由な方、難聴の方は、**7-1-1** までお電話ください。依頼に応じ、翻訳サービスは 130 以上の言語で利用可能です。