



2020年7月31日

home <https://www.treponte-clinic.jp/>

ウィズコロナのすすめ ～ Vol.4. 旅行編 ～

楽しみにしている旅行。

途中で体調を崩したり、
接触者検診（PCR）を受けたり、
旅先で人に移したり
することになっては大変です。

出かける2週間ほど前から、
感染者の多い地域での食事会など、
感染リスクの高い行動を
控えておきましょう。

Point 1 接する人をなるべく少なく

旅行中は、
接する人をなるべく少なくすることが
ポイントです。



2020年7月31日

home <https://www.treponte-clinic.jp/>

公共交通機関、パーキングエリアなどが
なるべく**空いている時間帯に移動し**、
無理のない行程でお願いします。

電車内は、
手摺りやつり革に触れたり、
人との距離が縮まったりするので
感染リスクを伴います。
マスクを外さずに過ごし、
乗車後は手洗い・手指消毒をしましょう。

Point 2 接触感染に注意

飛沫感染だけでなく、
接触感染にも要注意です。

接触感染は、
不特定多数の人が触れるドアや蛇口など
「もの」を介して起こります。
公共の「もの」に触れた後は、
手洗い・手指消毒をしましょう。



2020年7月31日

home <https://www.treponte-clinic.jp/>

例え手にウイルスが付着したとしても、
**粘膜、つまり目・鼻・口に
触れなければ感染は起こりません。**

小さな子どもたちは特に要注意!!

小さな子どもたちは
思わぬものに触れたり、
手を口に入れたりしがちです。
なるべく公共のものには触れないよう
配慮しましょう。
こうすることで、
胃腸炎など接触感染を起こしやすい
他の病気も予防できます。

Point 3 アクティビティは屋外や広い空間で

できるだけ、
屋外や換気された広い空間で
楽しみましょう。



2020年7月31日

home <https://www.treponte-clinic.jp/>

**人との距離が2m以内になるときには
マスクをするとより安全です。**

Point 4 会食や飲み会はハイリスク

マスクを外し室内で会話をしたり、
飲食を共にしたりするのは、
ご家族や信頼のおける知り合い同士に
とどめておいた方が良いでしょう。

お食事時の注意点はこちら↓

<https://www.treponte-clinic.jp/image/PDF/200626.pdf>

ブッフェ形式のお食事などは、
接触感染のリスクを伴います。

トングなどに触れた手指に
ウイルスが付着している可能性があります。

食事を始める前には
特に注意して手洗い・手指消毒をしましょう。



2020年7月31日

home <https://www.treponte-clinic.jp/>

**感染予防をすると、
少々不便や面倒がありますが、
景色の美しさやアクティビティの楽しさは
変わらないのではないのでしょうか？
お一人ひとりの少しの努力で、
多くのみなさんが
楽しい旅行の思い出を作れますように。**



2020年7月31日

home <https://www.treponte-clinic.jp/>

最後に、再び、トレポンテこどもクリニックからのメッセージです。

新型コロナにかかると、赤ちゃんが重症化しやすい可能性があること、子どもの死亡例など、子どもにとっても危険な感染症であることが報告されています。子どもは大丈夫だと思わないでください。

約20%の人が重症化するという確率は決して低いものではありません。明日にも、大切なご家族が感染して命をおびやかされるかもしれないということを想像して下さい。

今、世界中で混乱が起こっています。この混乱が続くと、子供たちが将来、夢を叶えられなかったり、苦しい生活を強いられたりしてしまうかもしれないと考えて見て下さい。

わたしたちなら、この危機を乗り越えられる気がするのです。



2020年7月31日

home <https://www.treponte-clinic.jp/>

2020年7月31日

トレポンテこどもクリニック

医師 小児科専門医 村社 歩美

* 事態の緊急性を鑑み、現段階で概ね明らかと考えられる内容を示しました。今後、状況変化に応じて、見解が変わる可能性もありますことをご了承下さい。

* みなさまとお子さまと一緒に新型コロナウイルスに向き合うためのご参考になればと思い、当院ホームページに文書を掲載しています。

3月3日掲載 「新型コロナウイルス感染症をひろげないために」

https://www.treponte-clinic.jp/image/PDF/200303_jp.pdf

4月1日掲載 「新型コロナウイルス感染症をひろげないために

Vol.2 乗り越えよう、わたしたちの力で」

<https://www.treponte-clinic.jp/image/PDF/200401.pdf>

4月7日掲載 「もしもみんなで6週間頑張れたら」

https://www.treponte-clinic.jp/image/PDF/200401_2.pdf



2020年7月31日

home <https://www.treponte-clinic.jp/>

4月13日掲載 「親子の衝突をさけるために～子どもが上がるほめ方」

<https://www.treponte-clinic.jp/image/PDF/200413.pdf>

4月20日掲載 「ご自身のストレスを軽くするために～子どもに伝わる叱り方～」

<https://www.treponte-clinic.jp/image/PDF/200420.pdf>

4月28日掲載 「新型コロナウイルス感染症をひろげないために
Vol.3 子どもたちの感染をふせごう」

<https://www.treponte-clinic.jp/image/PDF/200428.pdf>

5月8日掲載 「心の不調を立てなおそう～体の元気で心も元気に～」

<https://www.treponte-clinic.jp/image/PDF/200508.pdf>

5月12日掲載 「新型コロナウイルス感染症をひろげないために
Vol.4 かかってしまったかも...その時どうする？」

<https://www.treponte-clinic.jp/image/PDF/200501.pdf>

5月27日掲載 「新型コロナウイルス感染症をひろげないために
Vol.5 新型コロナをよせつけない集団生活を」

<https://www.treponte-clinic.jp/image/PDF/200527.pdf>

6月26日掲載 「ウィズコロナのすすめ～Vol.1 外食編～」

<https://www.treponte-clinic.jp/image/PDF/200626.pdf>

7月2日掲載 「ウィズコロナのすすめ～Vol.2 ショッピング編～」



2020年7月31日

home <https://www.treponte-clinic.jp/>
<https://www.treponte-clinic.jp/image/PDF/200702.pdf>

7月10日掲載 「ウィズコロナのすすめ～Vol.3登園・登校編～」

<https://www.treponte-clinic.jp/image/PDF/200710.pdf>