

感染予防の大切さ

西高宮小学校

五年四組

林

勇太

二〇二二年十月、ぼくはコロナウイルスに感染しました。その日の朝はグラウンド十周を軽くこなせるぐらいの体力がありました。しかし、五時間目の体育の時間、最初は体が少し熱いぐらいだった。たのびつうに活動していると、鬼ごっこをしている最中に急に頭が痛くなりました。保健室で熱を測ってみると三十九度あったのでその後病院に行き、検査

をしてもううとコロナウイルス陽性でした。その日はすぐ寝て、次の日もゆっくり過ごしている。熱がだんだん下がってきて四日目ぐらいいで平熱にもどりしました。その後、時々きつくなることもありましたが、一週間たてば完全に治り、元の生活にもどることができました。

その後、学校に行けるようになった時に、なぜ周りの友達に感染せずに自分だけが感染したのかを考えてみました。そこで、友達に

気をつけているところを聞くと、その友達も、
食事の前後、物をさあ、た後などみんなに
手あらいや消毒をしていることを教えてくれ
した。自分の行動を思い返してみると、ぼ
くは食事の前後は手あらいや消毒をしていた
ものの、体育の後や物をさあ、た後には手あ
らいや消毒をしていなかったことに気がつき
ました。それをきっかけに手あらいや消毒を
意識してするようになりました。

また、うがいもするようにしています。う
がいは十五秒以上すると水を飲みこんでしま
うことがあるので十五秒以内にして、家に帰
ったら、必ずするようにしています。他に感
染予防に必要なことを父に聞いてみると、免
疫力をつけることだと教えてくれました。免
疫力とは何か調べてみると病原菌やウイルス
などの異物から体を守る機能のことだと分か
りました。また、免疫力を高めるにはきそく
正しい生活、適度な運動、バランスの良い食
事が大切だと知りました。

ぼくはコロナウイルスに感染してしまっ
たことで日ごろからの手あらいや消毒が大
切だということをしみて感じたり、感染
予防について調べることもできました。こ
れからは感染予防の大切さを家族や友達
に教えて、広げていきたいです。