

# 正しい情報を知り感染症を防ごう

今私たちはコロナウイルスに関する様々な情報を目や耳にします。多くの人が色々なことを発信していますね。

間違った情報が流れ、トイレットペーパーが手に入らなくなった…という事例は記憶に新しいと思います。

コロナウイルスに関して、わからないことが多く不安やおそれを感じますよね。でも情報過多になると、必要以上にネガティブな気持ちを引き起こすかもしれません。



あなたの気持ちを動揺させるようなメディア報道を見たり聞いたりする時間を減らしましょう。

情報とは関係のない、リラックスできる時間も大切にしましょう

予防策を講じる際は、信頼置ける情報源（地方や国の公衆衛生機関など）がおすすめです

参考WEB  
サイト→



- ・厚生労働省：新型コロナウイルスについて  
[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708\\_00001.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html)
- ・日本赤十字社：感染流行期にこころの健康をたもつために  
[www.jrc.or.jp/activity/saigai/news/200327\\_006138.html](http://www.jrc.or.jp/activity/saigai/news/200327_006138.html)
- ・WHO公式：新型コロナウイルス一般向け報特設ページ  
[https://extranet.who.int/kobe\\_centre/ja/news/COVID19\\_specialpage\\_public](https://extranet.who.int/kobe_centre/ja/news/COVID19_specialpage_public)
- ・広島県：コロナウイルス感染症について  
<https://www.pref.hiroshima.lg.jp/soshiki/57/covid19-cases.html>