

自分で防ぐ！ コロナウィルス対策

【家庭でできること】

- ① 免疫力を高めるために、早寝・早起きとバランスの取れた食事を心がける。
- ② 「3密」が懸念されるような場所への外出は、控える。
- ③ 発熱等、体の異変を感じたときは、お休みをする。
- ④ 必ず、登校前に検温し、健康観察カードに記入する。



【学校でできること】

<朝学活>

- ① 必ず、昇降口で、健康観察カードを提出する。
- ② 教室に入ったら、窓を全開にする。

<授業や休み時間>

- ① 廊下側の窓は、常に開けておく。
- ② 休み時間は、保健委員が中心となって声をかけあって、外側の窓も開けて十分に換気する。
- ③ できる限り、マスクをつけてくる。
- ④ どうしてもマスクが無い場合は、ハンカチ・ティッシュを持参する。
くしゃみをするときは、飛沫が飛び散らないように、ハンカチ・ティッシュなどを口にあてる。



<給食>

- ① 必ず、給食前に手洗いをする。手をふくハンカチも持参する。
濡れた手を自然乾燥させると、逆にウイルスが付着しやすく危険です。
- ② 配膳係は手を洗ってから、給食を取りに行く。
- ③ 給食を取る前に、消毒用アルコールで手を消毒する。
- ④ 給食は、前を向いて、大きな声で話したりせず、ゆったり落ち着いて食べる。

新型コロナウイルスにかからないように、考えて行動しよう。
もし、自分が感染していた時に周囲にうつしてしまわないための工夫も大切です。