

けんこうかんさつ 健康観察

• 毎朝お家の人と一緒に健康観察をする。

のどがいたい・鼻水がでる・頭がいたい・お腹がいたい・体がだるいなどの症状があるときは、健康観察の時に家の人にいう。



• 風邪の症状があるときは病院受診したり、お家で安静にすごす。

マスク

オミクロン株の予防にはマスクが大事！！

• 鼻、口、あごがかくれるように
正しくマスクをつける。



• 登下校・運動・体育の時はマスクから鼻を出していい。

息苦しくなったら、人から離れてマスクを外す。

• 外でも近くで話をするときには、鼻をマスクに入れる。

• ランドセルに予備のマスクをいれておく。

てあらい しょうどく 手洗い・消毒

• 石けんを泡だてて30秒洗う。
• 特にいていない手洗いをするとき

• 外から教室に入るとき
• 鼻水をかんだあと
• 給食の前
• 移動教室のとき



• 清潔なハンカチ・ティッシュを持ってくる。
• よく触る場所（ドアノブ、手すり、机、スイッチなど）は、一日一回消毒液する。
• 登校後教室へ入る前、給食前は手指消毒する。

かんき 換気

• 常に換気し続ける。

• 授業中

対角線上の窓を2か所、10cm程開けておく。

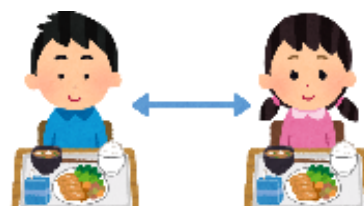
• 休み時間

全部の窓を開けて換気する。



もくしょく 黙食

食事中は、マスクをはずすので、要注意！

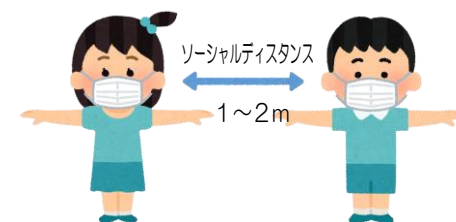


• 配膳時、給食中は声を出さない。（黙食）

• 会話は給食後マスクをしてから。

みつ 密をさける

外であっても、マスクをしていても、人との接触をできるだけ少なくすることが大切。



• ソーシャルディスタンスは2m以上がいい。
むずかしい場合も、1mは距離をとる。