

新型コロナウイルス感染症 予防対策Ⅱ

1 日頃から免疫力UPに努めよう。

- (1) 検温（体調管理）
- (2) 食事
- (3) 十分な睡眠
- (4) 適度な運動



2 友達と話をする時はマスクをつけよう。

5分間のおしゃべりは
1回の咳と同じリスク

これはNG



3 お弁当のおかずはシェアをせず、食べる時はできるだけ無言で食べよう。

他人の弁当は美味しそうだけど、お箸をつけるのはNG。そして楽しいおしゃべりは食べた後にマスクをつけてから！



4 飲み物を飲むときはマスクをはずし、友人とシェア（回し飲み）をしないようにしましょう。



5 タオル・ハンカチ・体操服の貸し借りをやめよう。

これからも新型コロナウイルス感染症に感染しないさせないために、そして皆さんが楽しみにしている学校行事が延期・中止とならないように、徹底した感染予防に取り組もう。

