

うちの人のいっしょに読みましょう

つだしょう とうがい  
都田小 ほけんだより号外



# ～新型コロナウイルス感染症の予防について～

家で過ごす時間が長くなっていますが、元気に生活しているでしょうか？こんなときこそ、冷静に行動し、一人ひとりができる対策をすることが大切です。そして近い将来にその一人ひとりの力を合わせてこの状況を乗り越え、元気に再開できることを願っています。

## さけよう！3密！

① 換気の悪い密閉空間



むんむん

② 多くの人が密集する場所



ぎゅうぎゅう

③ 近距離での密接した会話



がやがや

この3つがそろくと

集団感染

の原因に！

## ～自分も大切な人も守るために、気をつけていきたいこと～

●こまめな手洗い  
ハンカチ持参



●マスクをし、せきエチケットを守る



●こまめな換気



せつげんで 20秒以上あらう

会話をする時はマスクをする

窓とドア、2方向を換気する

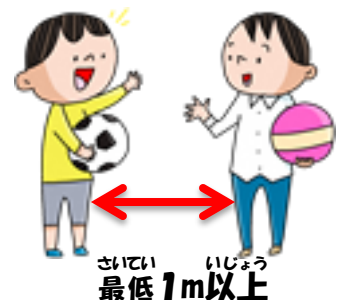
●毎朝の健康観察と体温測定



●規則正しい生活を送る



●人との間隔を空ける



体調が悪い時は休む

食事と睡眠の時間を整える

遊び方をくふうする