

# 学校内感染を防ぐ4つのポイント

+1

## Point 1 基本的な感染対策を十分に



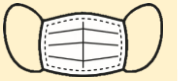
- ✓ 熱中症に注意しながら、マスク着用する
- ✓ 学校内でもこまめに手洗い・消毒・換気
- ✓ 人との距離を確保する
- ✓ 昼食時は手洗い、自席で黙食、十分な換気

## Point 3 部活動は前後に注意



- ✓ 部活でも「基本的な感染症対策」を！  
(熱中症対策 > コロナ対策)
- ✓ 部室は密になりやすいので注意が必要
- ✓ マスクを着用できない場合は他者と2m確保

## Point 2 体調管理はていねいに



- ✓ 「咳が出る」「のどが痛い…」などの風邪症状があれば、自宅で休養しよう
- ✓ 毎日、体温とあわせて風邪の症状がないかをチェックしよう
- ✓ 栄養や休養はしっかりとる

## Point 4 休み時間や放課後は要注意！



- ✓ 休み時間、昼食時は対策が緩みがち
- ✓ 流行状況に応じて、学外での行動自粛を！  
特にマスクを外した会話や外食、カラオケ等

## +1 コロナに負けない健康づくりを



- ✓ 困ったときは相談する
- ✓ ストレスをためない
- ✓ 体調不良時はしっかり伝える
- ✓ 適度な運動の実施