

一子どもたちに普段の学校生活を続けさせるために一

# 家族ぐるみで取り組む 新型コロナウイルス感染症対策

## 感染しない・させない基本

- 手洗い・マスク着用
- 免疫力を高める規則正しい生活



購入が困難な場合は  
手作りマスクの準備

十分な  
睡眠

バランスのとれた  
栄養

ジョギングや散歩など  
適度な運動

- 3つの「密」の回避

**密閉**: 換気の悪い密閉空間にしない

**密集**: 手が届く距離に多くの人が集まらない

**密接**: 近距離での会話や大声での発声を控える

換気の徹底



登校前に毎日検温【家庭】 → 平熱の場合登校 → 学校で確認

### 検温

→ 発熱や風邪症状がある場合は自宅で休養

↓  
平熱の場合は登校

↓  
学校で確認



↓  
ちょっと体調が？と感じたら

- ・ 37.5度以上の熱が4日以上続く場合
- ・ 息苦しさや強いだるさがある場合は直ぐ

↓  
0995-44-7956 (24時間対応)

帰国者・接触者相談センター(始良保健所)