

# 2学期を元気に過ごすための4つの約束

## 毎朝、健康観察を行います

- 体調が悪い時は、学校には登校しません
- 登校した後に体調が悪くなった時は、すぐに先生に伝えます



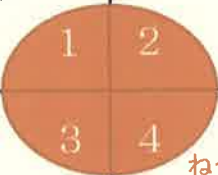
【保護者の方へ】感染経路の不明な感染者数が増加している地域では、ご家族の体調が悪い時にも、お子様の登校を控えていただくようお願いいたします。

## 石けんを使ってしっかり手を洗います

- 外から教室に入る時
- 咳やくしゃみ、鼻をかんだ時
- 給食の前後
- 掃除の後
- トイレの後
- みんなで使うものをさわった後



【保護者の方へ】洗った後に手を拭くための清潔なタオル・ハンカチを、毎日お子様に持たせてあげてください。



## 暑い時、周りの人と離れている時、

## 体育の時間は、マスクをはずしません

- 体調が悪くなる前にマスクをはずしません
- 咳やくしゃみをする時には、ハンカチやティッシュで口と鼻をおおいます



【保護者の方へ】給食当番、清掃時、話合いの時間などでマスクを着用する場面もありますので、清潔なマスクを毎日お子様に持たせてください。

## 熱中症にならないように気をつけます

- 涼しい服装を心がけます
- 日陰や帽子・日傘を利用します
- 水分・塩分補給をします
- 活動前の健康観察を行います
- 具合が悪くなった場合は活動を中止します



【保護者の方へ】早寝早起き朝ごはんなど、規則正しい生活を心がけることで熱中症が予防されます。ご家庭でもご指導ください。