

じどうせいと ほごしゃ
児童生徒・保護者のみなさんへ
 ちようきゆうぎようきかんちゆう たいさく
～長期休業期間中もコロナ対策をしましょう～
 かんせん たか ばめん
感染リスクが高まる「4つの場面」(おさらい)

ばめん かいわ とき
場面① 会話の時

- マスクなしで人と近い距離で会話をすると、飛沫感染のリスクが高くなりますので**外出時**もマスクを着用しましょう。
- **公共交通機関**を利用する場合は、マスクを着用の上、車内での会話を控えましょう。

【ワンポイント】

おくがい ひと じゆうぶん きより すく いじよう かくほ
 屋外で人と十分な距離(少なくとも2m以上)が確保
 ばあい いちど はず たいちようかんり
 できる場合は、マスクを一度外すなど、体調管理にも
 ちゆうい かんせんしようたいさく ちゆうい
 注意しながら感染症対策に注意する。



ばめん いんしよく とき
場面② 飲食の時

- **食事の時**は、飛沫を飛ばさないよう、机を向かい合わせにしないようにし、会話を控えましょう。
- **食事の後**も、マスクを着用しましょう。

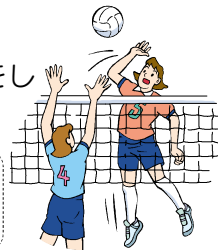


【ワンポイント】

ともだち かし た とき さら わ くふう
 お友達とお菓子を食べる時なども、お皿を分けるなど工夫する。

ばめん ぶ かつどう しょうねんだん かつどう とう とき
場面③ 部活動、少年団活動等の時

- **部活動**や**少年団活動**では、休憩中や更衣、大会への移動や観戦中もマスクを着用し、会話を控えましょう。
- 活動の前後は、必ず石けんによる手洗いや、手指消毒をしましょう。



【ワンポイント】

すいぶん ほきゆう とう じぶんせんよう つか
 タオルや水分補給のボトル等は、自分専用のものを使う。

ばめん ひと あつ とき
場面④ 人が集まる時

- クリスマスやお正月などによる冬のイベントにおいて、3密(密閉・密集・密接)が重なる場面を避けましょう。

【ワンポイント】

しつない じゆうぶん かんき くうき い か つと
 室内では十分な換気(空気の入れ替え)に努める。



とうき さむ かんきよう かのう かぎ じょうじかん き つと ねが
 冬季の寒い環境においても、可能な限り常時換気に努めるようお願いしま
 すが、ただし、必ずしも窓を広く開ける必要はありません。また、常時換気が
 かなら まど ひろ あ ひつよう じょうじかん き
 難しい場合は、こまめに換気してください。

CHECK!

きほんてき
**基本的な
 感染症対策**

まいにち
毎日することは?

- けんおん たいちようかくにん
検温などの体調確認

がいしゅつ とき
外出する時は?

- マスクの着用など、
咳エチケット

がいしゅつさき もと
外出先から戻ったら?

- せっ てあら
**石けんによる手洗い
 また しゆ ししようどく
 又は手指消毒**

みっぺい さ
密閉を避けるために

なに ひつよう
何が必要?

- かん き くうき いかえ
換気(空気の入れ替え)

めんえきりよく たか
免疫力を高めるには?

- バランスのとれた食事
- じゆうぶん すいみん
十分な睡眠
- てきど うんどう
適度な運動

北海道教育委員会