

冬休み中の新型コロナ対策

～感染リスクが高まる場面・不要不急の外出は控えて～

大人数や長時間に及び飲食



不特定多数が集まる繁華街



カラオケ



感染症をひろげないためには、一人ひとりの行動が大切です。冬休みも感染症対策を十分心がけて生活しましょう。

～自分にできる感染症対策～

新型^{しんがた}コロナウイルスもインフルエンザも / 自分にできる^{じぶん}感染症対策^{かんせんしやうたいさく} しっかり^{つづ}続けることが大事^{だいじ}



人と一緒^{いっしょ}のときはマスク
ひまつを飛ばさない



人と^{まよ}りの距離をとる
(人混みは避ける)



石けん^{せけん}で手洗い^{てあら}
(定期的^{ていきてき}にこまめに)



栄養^{えいよう}や睡眠^{すいみん}をしっかり
体力^{たいりき}をつける

～冬休みの生活～

#冬休みだよ♪

がまん^{がまん}の毎日^{まいにち}にストレスもたまり...
こんな1日^{いちにち}があってもいいけど

毎日は
ダメだよ!!

ただら
ゲーム・スマホ



カラダも動かす



ただら5
パクパク



3食しっかり食べる



ひたすら
ゴロゴロ



夜にしっかり寝る!



冬休み期間中の
学校緊急連絡先
(自分や家族が陽性者
になった場合など)
080-8310-6624