

児童のみなさんへ

かなら まも
必ず守ってください！

しんがた かんせんしょう じぶん たいせつ ひと いのち まも
～新型コロナウイルス感染症から 自分や大切な人の命を守るために～
美咲野小学校

いま せ かいじゅう しんがた かんせん ひと ふ わたし
今、世界中で「新型コロナウイルス」に感染する人が増えています。これは、私
いのち かか み ちか もんだい しんがた じぶん
たちの命に関わることであり、身近な問題です。新型コロナウイルスから自分や
だいせつ ひと かぞく とも いのち まも つぎ かなら まも
大切な人（家族や友だち）の命を守るために、次のことを必ず守ってください。

1 自分の健康のために守ること

- じぶん けんこう まも
じゆうぶん すいみん えいよう つね からだ ちようし とどの
○十分な睡眠や栄養をとり、常に体の調子を整えておく。
あさ お かなら たいおん
○朝起きたら、必ず体温をはかる。
しようじよう はつねつ あじ かん
○かぜの症状（発熱・せき・のどのいたみ など）や味やにおいを感じないなどの
しようじよう じたく しず きゆうよう ひつよう そうだんまどぐち きくち ほけんじよ
症状があれば自宅で静かに休養をし、必要があれば相談窓口（菊池保健所）に
そうだん ぜつたい がいしゆつ どうこう
相談する。絶対に外出（登校）しない。
じぶん じしん かんせん ふ あん しんばい ひと がつこう せんせい そうだん
○自分自身に感染への不安や心配がある場合は、おうちの人や学校の先生に相談
じぶんひとり なや
をし、自分一人で悩まない。

2 学校生活の中で守ること

- がっこうせいかつ なか まも
こうない
○校内では、必ずマスクをつける。
○こまめにうがいと石けんでの手洗いをする。
○「3つの密」をつくらない
みつしゆう ひと ぼしよ たにんずう あつ しゆうかい おこな
①密集（ガヤガヤ）・・・一つの場所に多人数で集まらない（集会は行わない）
くつ箱 や トイレ・手洗い場など 一度に多人数で使わない。
みつべい
②密閉（ムンムン）・・・いつも教室やろうかの窓は開けておき、換気する。
みつせつ きようしつ つくえ あいだ あ はん つく
③密接（ギューギュー）・・・教室の机は間を開けておく。（班は作らない）
とも はな とき あいだ あ だ
友だちとお話しをする時も、なるべく間を開ける。（抱
きあ かつた く
き合ったり、肩を組んだりしてお話しをしない）



3 お家での生活の中で守ること

- うち せいかつ なか まも
てあら
手を洗おう！
よう がいしゆつ え がいしゆつ ぼ あい かなら
○こまめにうがいと石けんでの手洗いをする。
○用のない外出はしない。やむを得ず外出する場合は、必ずマスク
とく ひと ひと おお あつ ところ ぜつたい い
を着ける。特に、人ごみ（人の多く集まる所）には絶対に行かない。
そと てきど うんどう ぼ あい しゆうだん かんせん かんが うんどう
○外で適度な運動する場合も集団にはならず、感染を考えた運動の
しかた かんが
仕方を考える。

