



やぎさとしょう 八木郷小 1日の過ごし方



☆マスクを着けて過ごそう！こまめな手洗いをしよう！人との間を1m以上あけよう！

<p>あさ朝</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 熱をはかり、健康観察カードを書きます。 • 体調がわるい人は、おうちの人に言いましょう。 • マスク、ハンカチ、ティッシュを身につけます。 	
<p>とうこう登校</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 体温を測り忘れた人は、班長さんとふれあい推進室へ行きます。 • 教室に着いたら、荷物をおろし、まず手洗い・うがいをします。 • 健康観察カードを先生に出します。 	
<p>じゆぎょうちゆう授業中</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 友達と物の貸し借りはしません。 • 移動教室の前と後に手洗いをします。 	
<p>トイレ</p>	<ul style="list-style-type: none"> • トイレを待つときは前の人と間隔をあけます。 • トイレのあとは手をしっかり洗います。 	
<p>ぶんやす20分休み</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 外に遊びに行かない人も手洗いをします。 • 密にならないよう遊び方に気をつけます。 • 外から帰ってきたら、手洗い・うがいをします。 	
<p>きゅうしょく給食</p>	<p>どうばん当番 健康確認 → 手洗い（肘まで）・消毒 → 着がえ</p> <p>どうばん当番ではない人 手洗い・消毒</p> <ul style="list-style-type: none"> • 自分の分を配膳します。 • 「いただきます」をしてからマスクをはずします。 • マスクは給食袋の中のハンカチにしまいます。 • 給食中はおしゃべりせずに前を向いて食べます。 • せきやくしゃみをするときはうでの内側でおおいます。 • 食べ終わったら、ぶくぶくうがいをしに行きます。 	
<p>そうじ</p>	<ul style="list-style-type: none"> • そうじ中は静かにそうじします。 • そうじが終わったら、手洗い・うがいをします。 	
<p>ひるやす昼休み</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 密にならないよう遊び方に気をつけます。 • 外から帰ってきたら、手洗い・うがいをします。 	
<p>いえかえ家に帰ったら</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 手洗い、うがい、歯みがきをします。 • 夜、熱をはかり、健康観察カードに書きます。 	

☆マスクをはずしたいときは、友達からはなれたところではずしましょう。

げんき みんなが元気にすごすために

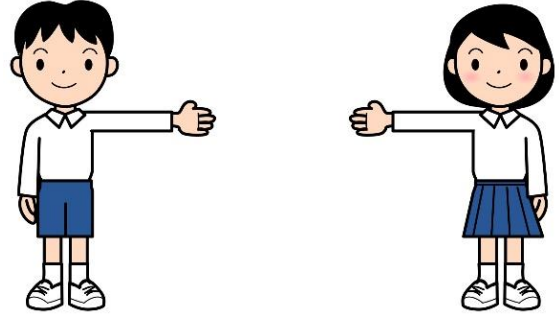
1. むんむん をさけます

教室では、窓とドアを開けたままにして、空気の入れかえをしながら授業をします。暑さ・寒さを調節できるような服装で登校しましょう。



2. ぎゅうぎゅう をさけます

友達との間を、1メートル以上あけましょう。手をつなぐことや、体にふれる遊びは、しばらくしないようにしましょう。



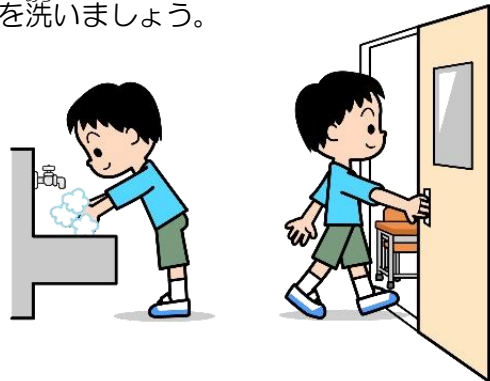
3. がやがや をさけます

マスクをして過ごします。マスクを外して友達と近くで話しません。暑くて外したい時は、友達から離れたところで外しましょう。



4. こまめに手洗いうがい

①トイレの後 ②給食の前 ③外遊びから帰ってきた時は、石けんをよく泡立てて、ていねいに手を洗いましょう。



5. 給食中はお静かに

給食中はマスクができないので、おしゃべりはがまん。楽しいおしゃべりは、給食後にマスクをしてからにしましょう！



6. なるべく顔をさわらない

ウイルスは目・鼻・口から体の中に入ります。手には目に見えないウイルスがたくさんついているので、手で顔をさわらないようにしましょう。



☆何か心配なことや困ったことがあったら、いつでも先生に教えてください。