

夏休みもコロナに負けず 元気にすごそう

熱中症対策
×
コロナ感染防止

げんき からだ 元気な体をつくる

☺ はやね はやお
早寝、早起き

☺ あそ うんどう
遊びや運動でからだ
を動かす

☺ あさ
朝ごはんを
しっかり食べる



ぐあい わる とき 具合が悪い時は 外に出ない

☺ まいにち ねつ
毎日の熱をはかる

☺ いづもと ちが たいちよう
いつもと違う体調のときは

☺ いえ やす
家で休んで、お医者さんへ

☺ ようせい がつこう れんらく
陽性になったら学校に連絡



あつ とき たいさく 暑い時の対策

☺ のみもの の
こまめに飲み物を飲む

☺ エアコンを使ったり、
涼しいところで休む

☺ つね まど あ かんき
常に窓を開けて換気

☺ そと
外ではマスクをとる



なつ 夏のマスクは...



○ で とき かぞく かくにん
出かける時は、家族などに確認してマスクをとる

○ そと あそ うんどう わす
外で遊ぶ時や運動するときは、忘れずにマスクをとる

○ みんなで 食べる ときは、 おお こえ はな
みんなで食べる時は、大きな声で話さない

マスクをしなくてしゃべらない (しゃべるときにはマスクしましょう)

○ けんがい いどう かんせん ふあん かん けん むりよう けんさ かつよう
県外に移動するときや、感染に不安を感じたときは県の無料検査を活用する

●保護者の皆様へ●

日頃から、健康観察や体調不良時の登校自粛の徹底など、感染症対策にお取り組みいただきありがとうございます。
夏休みを元気に過ごし、新学期をスタートするために、引き続きご家庭でも各自でできる感染症対策をお願いいたします。
夏休みは人が集まる機会が多くなります。食事を伴う席がある場合には少人数・短時間・大声を避けるなど、ご協力をお願いします。



埼玉県マスコット
「コバトン」
「さいたまっち」