



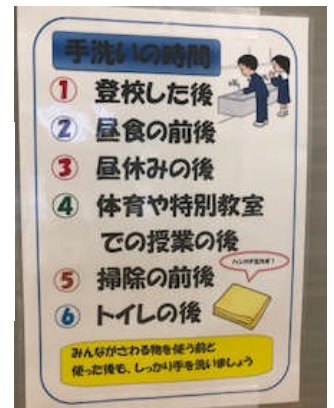
学校が再開され2週間。分散登校も終わり、いよいよ来週から通常の登校がスタート。やっとクラスのみんながそろろう！楽しみです！しかし、全校生徒が登校し活動する分、密になる機会も増えます。以下に、学校生活の注意点をあげたので、引き続き、感染症対応を意識した生活を送るようにしてくださいね。

①健康観察カードの項目に、ハンカチ、水分、朝食がプラス！

今まで通り、朝の検温とカードの持参を忘れないように。毎日、約20人程のカード忘れや未検温の人がいました。（特に1・2年生が多いのと、同じ人が忘れていきます！）また、熱中症予防のため、ハンカチやタオル、水分の持参、朝食もしっかりとって、登校しましょう。

②手洗い習慣を定着させよう！

教室に『手洗いの時間』の掲示がされていると思いますが、きちんと洗えていますか？もうしばらく、手洗いの曲♪を登校後と昼休みの予鈴前にも流します。習慣にしましょう。手洗い場が混み合う事も予想されるので、時間がなくて洗えない人のために、各学年フロアに手指消毒液も置いておくので使ってください。（朝のみ）



③昼食時間もスタートします！

4校時が終わったら、まず、手をきれいに洗いましょう。楽しみなランチタイムですが、この時間は、全員がマスクを外す時間になります。前を向いてしゃべらずに食べましょう。また、昼食時使ったティッシュ等は、必ず自分で持ち帰ってください。

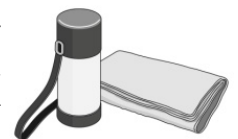


④マスク熱中症に気をつけて！

マスクをしていると、自分のはいた空気を吸っているため、酸欠状態になりやすくなります。マスクをしていて気分が悪くなったり、頭痛、頭がぼーっとしてきたら、マスクを外し、少し深呼吸しましょう。マスクの中では、鼻呼吸をすることがお勧めです。また、マスクが鼻の穴に密着するようなものや、素材や形状によって息苦しさを感ずるマスクは避けましょう。体育の時間は、ソーシャルディスタンスが保たれていれば、できるだけ外して運動をしてください。

⑤ウォータークーラー禁止です。多めに水分を持ってきて！

もうしばらく、ウォータークーラーの使用を禁止します。暑くなってくるので、多めに水分を持ってくるようにしてください。また、熱中症予防のため、スポーツ飲料水もOKになりました。体育の時間は必ず、タオルと水筒を持って来るように放送がかかっていますが、水筒がない人も見かけます。必ず持って来るようにしてくださいね。



Wash your hands

⑥ストレスや悩みを抱えこまない！

学校は始まったけれど、やはり非日常な生活が続き、なんとなくストレスを感じたり、クラスにもうまくなじめない・・・など。気分がめいったりする日もあるかと思いますが、何日も気分がすっきりしない時は、誰かに話を聞いてもらいましょう！大庄中の先生方にも声をかけてください。少し聞いてもらう事で気持ちが楽になることも多いです。



1年生は手洗いが上手です。小学校からの習慣かな？
これなら、しっかりインフルエンザも予防できるかな・・・★

