

# すこやか

下有知中学校の皆さん、こんにちは。

今年度のスタートは新型コロナウイルスが大流行していることで、いつものような進級や進学の新たな気持ちでのスタートができず、残念でした。しかし、しばらく学校に来ていない間に、間違いなく皆さんは心も体も成長していると思います。新しい学級で新しい仲間と、素敵な日々を過ごせるように、今は自分ができる感染防止と健康観管理に努めましょう。

密接・密集・密閉を避けて、次のことに気をつけて過ごしましょう！！

1 健康状態の確認・検温をする  
(発熱・咳・だるさはないか)



2 しっかり手洗い



3 やむなく外出しなければならない時、  
必ずマスク着用



4 咳エチケットの気づかい



5 顔(口・鼻・目)をあまり  
さわらない



さわらないでね

6 家でも換気をする



7 抵抗力を高めるための望ましい生活習慣



\*今、自分がやるべきこと・自分ができることをきちんととらえて実行しよう！  
元気に登校でき、会えることを楽しみにしています!!