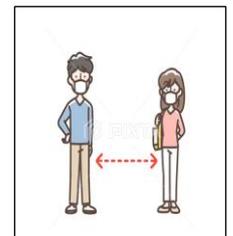


夏休みが終わり、授業や部活動、文化祭の準備と慌ただしい日常が戻ってきました。二学期もコロナ予防と熱中症予防に努めながら、学校生活を充実させ健康で安全に過ごしていきましょう。

◎部活動や文化祭の準備の時に注意してほしいこと

部活動も文化祭の準備も、互いに手を伸ばしたら届く距離での会話や共同行為が行われる場面です。『3つの密（密閉・密集・密接）』になりやすいので、次のことを守ってください。

- ① こまめな手洗い
- ② マスクの着用
- ③ 室内の換気
- ④ 人と十分な距離と取る
- ⑤ 大きな声を出さない
- ⑥ 水分摂取をするときは自分の水筒やコップを使う

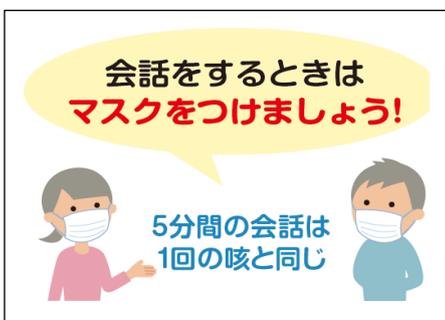


(各自家庭から毎日持参する、部活動でのコップの管理はしない)

屋外でも、密集・密接には要注意です。人込みや近距離での会話、特に大きな声を出すことや歌うこと、激しい呼気や大きな声を伴う運動は避けましょう。

『3つの密（密閉・密集・密接）』を回避するには

(内閣官房ホームページより)



* 猛暑日が続いています。他の人と十分な距離を取りながら、マスクをはずして水分摂取をするなど、熱中症予防も心がけてください。

* 十分な睡眠、バランスの取れた食事など自己の健康管理をしっかりして、免疫力の向上と熱中症予防にも努めましょう。