

令和2年7月22日

保護者 様

美浜町立河和南部小学校長
土 井 香 代

新型コロナウイルス感染拡大防止に向けた連休の過ごし方について（お願い）

平素から本校の教育活動にご理解、ご協力をいただき誠に有難うございます。

さて、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、お子様の健康と安全を第一に考え、家庭と学校が連携してさまざまな取り組みを継続しております。

つきましては、連休中の生活におきましても、引き続き下記の留意点に取り組み、感染予防に、ご理解、ご協力をお願い申し上げます。

記

- 1 不要不急の外出は避けてください。
- 2 規則正しい生活習慣を心がけて過ごしてください。
(栄養バランスを考えた食事、適度な運動、十分な睡眠時間の確保)
- 3 帰宅時、調理や食事前、トイレの後、咳やくしゃみ・鼻をかんだ後の手洗いは、石けんを使用して十分に洗い流してください。
- 4 やむを得ず外出するときや他人と間近で会話をするときは、マスクを着用してください。ただし、熱中症の危険がある場合は、周囲の人との間にある程度の距離（2 m程度）があればマスクを外すなどご配慮ください。
また、外出先の感染状況について慎重に見極めるようにしてください。
- 5 毎日、定期的に検温し、体調管理に努めてください。
- 6 自宅での換気も意識し、室内の空気を入れ替えてください。
- 7 友だちとのコミュニケーションは、オンラインや電話の利用を心がけてください。
- 8 スーパーマーケットやコンビニエンスストアの利用は、毎日ではなく、一人または少人数で、空いている時間に短時間で済ませてください。
- 9 外での運動は、少人数で、混雑している公園は控えてください。
(交通事故や水の事故、熱中症などには十分気をつけてください)

次の症状がある場合は、「帰国者・感染者相談センター（保健所）」に相談し、また、学校への連絡もお願いします。

- ・息苦しさ（呼吸困難）、強いだるさ（倦怠感）、高熱などの強い症状がある。
- ・風邪の症状が4日以上続いている。
- ・基礎疾患等のある児童生徒で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある