

# ひがしの子の1日

～コロナに負けない5つの約束（改訂版）～

**1 こまめに手洗い。ていねいに。ハンカチでふく。**

・指先・爪の間・指の間や手首も忘れずに洗おう。

①みんなで使った物を触った時 ②外から入る時 ③トイレの後

④給食の前後 ⑤清掃の後 ⑥咳やくしゃみ・鼻をかんだ時



**2 目指そう ゼロ密！一つの密でも避けよう。**

①密接×（マスクなし，大声） ②密集×（大人数，近距離）

③密閉×（換気が悪い，狭い所）

・休み時間の過ごし方を工夫しよう。

○：手をさわらない鬼ごっこ なわとび ドッジボール 竹馬 遊具遊び など

×：手つなぎ鬼 おしくらまんじゅう など触る遊び・くっつく遊び

**3 いつでもマスク。正しく使おう！**

・顔にすきまなくフィットさせよう。鼻出し× あごマスク×

**4 一列で登下校。密集をさけて歩く。**

・前の人と間隔をあけて歩きます。

・車などに気をつけて、おしゃべりをしないで歩きます。

**5 給食・清掃 静かに行う。**

・手洗いを忘れない。

・だまって活動する。



みんなが楽しく、なかよく、気持ちよく生活できるように約束を守りましょう。