

## 「冬休みを迎える皆さんへ」

冬休み期間中も、学校、部活動、習い事、友人との集まりでの感染に特に注意し、以下の点に留意して生活しよう

- ① 家庭内においても、手洗い、換気など、基本的な感染防止対策を実施
- ② 冬休み期間中も「健康チェックカード」を利用し、毎日の体調について自己チェック。発熱・のどの痛み・頭痛など、体調が悪いときは、外出や部活動等への参加を控え自宅で休養
- ③ 体育館や更衣室を利用する際に、適切なタイミングで換気したり、距離が取れない場合にはマスクを着用したりするなど、部活動など登校する場面においても感染対策を徹底
- ④ 混雑した場所や感染リスクの高い場所への外出など、感染拡大につながる行動を控える
- ⑤ 普段会わない人や同居の家族以外との食事の際には、「密」を一つでも回避することを含め、基本的な感染防止対策を特に徹底