



星置東小学校 保健室

すこやか

2. 4. 13

あすから5月6日（水）まで、学校はお休みになります。学校でも、感染予防に気を付けて過ごしていましたが、お休みの間も引き続き、規則正しい生活リズムで過ごしたり、三つの「密」に気を付けたりして、予防を続けていきましょう。

三つの「密」ってなんだろう？

①密集（みっしゅう）

人がたくさん集まっていること。

（人がいっぱいだと、その分ウイルスもいっぱい！）

②密閉（みっぺい）

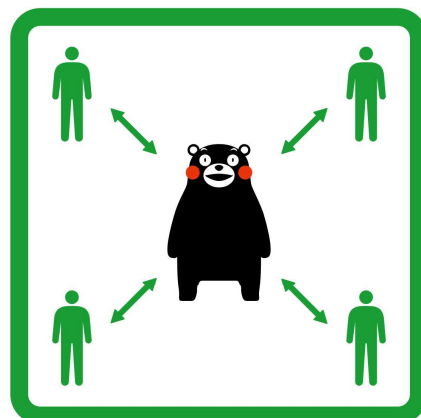
せまい部屋の中など、風通しがわるいこと

（空気がよくなないと、ウイルスがよこぼる！）

③密接（みっせつ）

人と人が近くで話などをする事

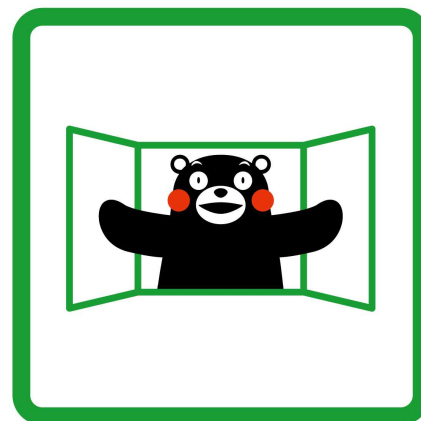
（「つば」や「せき」はウイルスの乗り物！）



くっつかないモン

#KeepDistance

©2010 熊本県くまモン



換気をするモン

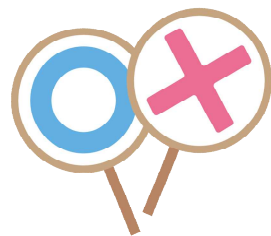
#OpenWindow

©2010 熊本県くまモン

三つの密を避けて、新型コロナウイルス

感染症から身を守りましょう！

三つの「密」の



・屋外や広い場所

公園や外の散歩

買い物に行く場合は、混んでいない時間と場所を避ける

・友達との距離

2m以上開ける（手を伸ばして届かない距離）

・家族との外食

換気が良く、テーブル同士が離れているところならOK



・屋内やせまい場所

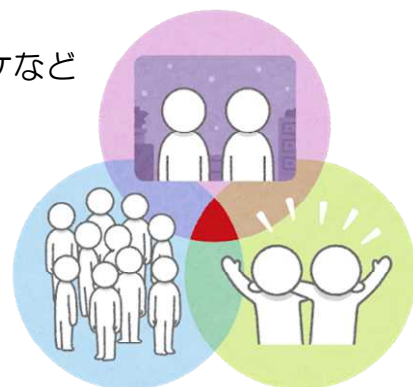
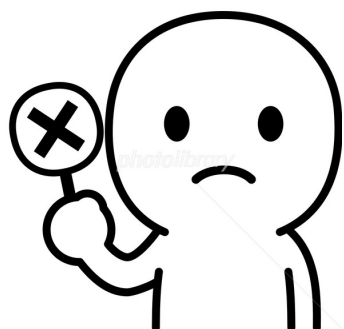
人混み、閉めきった部屋、カラオケなど

・友達との距離

手を伸ばせば届く距離

・大人数での外食

できるだけ避けましょう



三つの密を避ける他にも、
手洗い・うがいも忘れずにね！



手を洗うモン
#WashHands

©2010 熊本県くまモン

朝と夜に熱を測ったり、体の様子をチェックしたりすることも続けましょう。「4月の健康チェック」（ピンク色）と「5月の健康チェック」（緑色の紙）は5月7日（木）に忘れずに持ってきてください！

