

# 新型コロナウイルス感染症対策7カ条

愛媛県立丹原高等学校

- 1 登校前に、必ず検温を行い、体調を確認する。  
(発熱や咳があれば休養し、かかりつけ医に連絡する)
- 2 マスクの着用を徹底する。  
(教室内での着用を徹底、公共交通機関利用時も着用)
- 3 こまめに手を洗う。  
(アルコールによる手指消毒を積極的に行う)
- 4 常に換気する。  
(エアコン使用時も2方向窓を開ける、昼は空気を入換え)
- 5 最低 1 m以上の身体的距離を確保する。  
(ソーシャルディスタンスに気を付け、3密を避ける)
- 6 昼食は、できるだけ静かに食べる。  
(食事時のリスクを考える、昼休みも大声で会話しない)
- 7 免疫力を高める。  
(十分な睡眠、適度な運動、バランスのよい食事)

