



「秀麗生活スタイル」

～一中の新しい生活様式～

- 1 毎朝**検温**し、検温表に記入しながら**健康チェック**します。
- 2 必ず**マスク**を着用し、**ハンカチ・ティッシュ**を持って登校します。
- 3 登校したら、**昇降口**で“**アルコール**”で手や指の**消毒**をします。
- 4 **教室・廊下の窓**を開け、**換気**をして授業を受けます。
- 5 こまめに**手洗い・うがい・水分補給**をします。
- 6 **咳エチケット**を心がけます。
- 7 **特別教室等**での授業後、**教室に戻る時**も“**アルコール**”で手や指の**消毒**をします。
- 8 **ソーシャル・ディスタンス**を意識して、友達との**距離を保つ**ようにします。
- 9 **給食**の時は、**前を向いてあまり話をしない**で食べます。
- 10 免疫力を高めるため、**3食**をしっかりと食べ、**規則正しい生活**をします。