

生徒のみなさんへ

## 臨時休校中の過ごし方について

新型コロナウイルス感染症が全国で発生しています。大流行を起こさないために今が一番大切なときです。多くの人が集まる状況避ける必要があります。目的を理解し、自宅で過ごしてください。以下のことに気をつけましょう。

### ★日常生活で気をつけること★

- 不要不急の外出は避け、自宅で過ごす。
- 手洗いやうがいをこまめに行う。
- 咳エチケットに気をつける。人混みへ外出する際はマスクをする。
- バランスのよい食事や十分な睡眠をとって、規則正しく生活する。
- 毎日、体温測定と行動の記録を付ける。 → 裏面の表に記入

### ★こんな症状に注意★

- 風邪の症状や 37.5℃以上の発熱が4日以上続いている
- 強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある

→上記の症状が見られる場合は、宮城県の相談窓口へ

電話：022-211-3883

※直接医療機関を受診するのは避けましょう。

◎罹患した場合は学校まで連絡してください。（0229-42-3331）