



とうこうまえ
登校前

- ☐健康チェック（朝起きたら体温を測り、その日の体調を確認する）
☐集合場所・通学団（大人数で集まらない、近い距離で話さない、大声を出さない、1列で並び）
☐登校中の熱中症対策（暑いときはマスクをはずす、水分をとる）

いつでも実行しよう

とうこう 登校	☐ 教室に入る前に石けんで手洗い ☐ 窓を開ける ☐ 自分の席につく ☐ 水分補給	
あさ 朝チャレ あさ 朝の会	☐ 健康観察 ☐ 家で体温を測っていない子は測る <全校で実施> ☐ しっかりと石けんで手洗い	
げん 1限・2限	<授業> ☐ 体育などで、ボール・用具・器具を使うときは、使う前と後に手洗い ☐ 体育の時間の熱中症対策（教室でマスクをはずす→だまって移動） ☐ 次のような活動はひかえる ・長い時間、近い距離で向かい合う形となるようなグループ活動 ・近い距離での合唱やリコーダー、鍵盤ハーモニカなどの楽器演奏 ・近い距離で活動する調理実習 ・体育で密集する運動や近い距離で組み合ったり触れ合ったりする運動	
ちゅうかんぼうか 中間放課	☐ 放課の前と後に石けんで手洗い ☐ 水分補給 ☐ 近い距離で話したり、大声を出したりしない ☐ 放課中外遊びの熱中症対策（教室でマスクをはずす→だまって移動）	
げん 3限・4限	<全校で実施> ☐ しっかりと石けんで手洗い	
きゅうしょく 給食	☐ 給食当番の健康チェック（体調が悪い人は当番の活動をしない） ☐ 手の消毒→コンテナ室前で コンテナ室内が密にならないよう、間隔を開けて入り、受け取ったら すぐに出る ☐ 配膳台消毒 ☐ トレーを使ってセルフ形式で給食を取る ☐ 全員前向き ☐ 会話を控える ☐ アレルギーのチェック	
そうじ 掃除	☐ 掃除の前と後に石けんで手洗い ☐ 換気する ☐ マスクをつける ☐ 掃除場所でたくさんの人が集まらないようにする	
ひるぼうか 昼放課	☐ 放課の前と後に石けんで手洗い ☐ 水分補給 ☐ 近い距離で話したり、大声を出したりしない ☐ 放課中外遊びの熱中症対策（教室でマスクをはずす→だまって移動）	
げん 5限・6限	☐ 午後の健康観察（体調を確認）	
げこう 下校	☐ 通学団（大人数で集まらない、近い距離で話さない、大声を出さない、1列で並び）	

☐換気する

☐エアコンをつけているときも換気する

☐扇風機を活用する

☐マスクをつける

☐近い距離で会話をしない

☐集まらない

☐咳エチケット

☐手洗い

☐目鼻口をさわらない

きたくご
帰宅後

- ☐すぐに石けんで手洗い ☐健康確認 ☐不要な外出はしない