

生徒の皆さん

部活動での新型コロナウイルス感染を防止しましょう！

部活動による感染が拡大してしまうと
これまで通りの活動ができなくなってしまうかもしれません
以下の点に注意して 新型コロナウイルス感染を防止しましょう！

普段の生活では・・・

- 規則正しく十分な睡眠、バランスの良い食事などを心がけ、健康的な生活をしましょう
- 健康観察票を毎日記入し、必ず担任や顧問の先生に確認してもらいましょう。
- 健康観察を徹底し、少しでも体調が悪いときは、ためらわずに学校を休みましょう。
- 家庭内に体調が悪い人や PCR 等の検査を受けた人、濃厚接触者と医師等から言われた人がいる場合も学校を休みましょう。
- こまめな手洗い、消毒を徹底しましょう。
- 感染した人がいたとしても、誹謗中傷をすることは絶対にやめましょう。

部活動に参加するときは・・・

- 運動中以外の時間や会話をするときはなるべくマスクをしましょう。
- 更衣の際は、人数ごとに時間をずらす、会話を控える、換気扇を活用するなど、3密を避けましょう。
- 活動をしていない間も含め、隣の人との距離をなるべく空けるようにしましょう。
- 練習中や活動中に大きな声をださないようにしましょう。
- 同じタオルを部員同士で使い回さないようにしましょう
- ドリンクの回し飲みをしないようにしましょう。
- 同じ用具をなるべく使い回さないようにしましょう。
- ハイタッチや抱擁、円陣を組んでの声掛けなどは控えましょう。
- 会場内での密集を避けるため、練習試合などの試合観戦はできるだけ控えましょう。