

新学期がスタートして約三週間が過ぎました。デルタ株の新型コロナが流行しています。今までと違い10代の感染者も増えています。学校生活が充実したものとなるよう、今まで以上に各自が感染対策を確実にを行い、感染拡大を予防していきましょう。

## 第5波到来

## 新型コロナウイルス

### 感染予防対策、初心に返って確実に!!

『京都市の8/22～9/4までの感染者の年代割合』以下↓

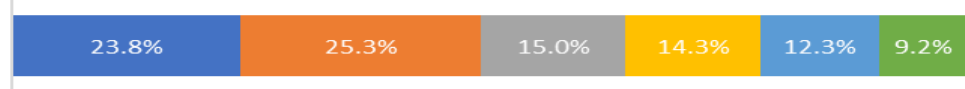
#### 感染者の年代（割合比較）

■ 10代以下 ■ 20代 ■ 30代 ■ 40代 ■ 50代 ■ 60代以上

先々週（8/22～8/28）



先週（8/29～9/4）



## 頑張ろう!感染対策

### 1 無理をして登校しない(朝の体調チェック)

発熱・倦怠感・頭痛・咳・のど痛など体調不良時は無理せず休みましょう。

登校前には必ず検温を!!



### 2 マスクを正しくつける(できれば不織布のマスクをおすすめします)

マスクは自分を守り、他の人への感染予防になります。きちんと鼻・口を覆いましょう。



### 3 マスクをはずしたら会話をしない

食べる時、お茶を飲む時、激しい運動をする時、外したら会話はしない。徹底しましょう。

### 4 手洗い・消毒・換気の徹底

登下校、学校生活を送る上で、不特定多数の人が触ったものを共有します。頻繁に手洗い消毒を意識して下さい。換気もがんばりましょう。



### 5 免疫力を上げましょう

睡眠7時間・栄養バランスのとれた食事(特に朝食は大切)・  
保温(体を内からも外からも温めるのは重要)・適度の運動  
**健康を意識した生活をしよう!!**

## ココロもけんこうづくり

