

# 夏休み中でも部活動等を がんばっているみなさんへ

新型コロナウイルス感染症に感染しないように  
引き続き、以下のことをみんなで守りましょう！

## 1 登下校するときは密接にならないように！

- 登下校時もマスク着用が原則ですが、暑い日は人と人との距離を2m以上確保できればマスクを外して構いません。
- 自転車で登下校する時は並列進行は禁止です。会話は控えめに！

## 2 手洗いや手指消毒をこまめに！

- トイレの後、部活動の前後は必ず手洗いと手指消毒をしよう。
- 食事の前も必ず手指消毒をしよう。食事の時は、会話を控えて、話すときにはマスクを着用しよう。

## 3 自分の体調管理をしっかりと！

- 熱がある、のどが痛いなど具合が悪い時は体を休めよう。
- 家族がPCR検査を受ける、または受けた後は、結果が出るまでは自宅で過ごそう。

自分たちにできる感染対策をしっかりと行うことは、家族や友達を守ることにもなります。自分たちが毎日頑張っている部活動を継続できるよう気を引き締めて頑張ろう！



マスク



2メートル



手洗い

郡山市教育委員会  
郡山市立御舘中学校