

生徒のみなさんへ

## 寒冷な場面における新型コロナウイルス感染症防止等のポイント

### 1. 基本的な感染防止対策

- マスク着用（ウイルスを移さない）
- 人と人の距離を確保（1 mを目安に）
- 次の「3点」を避け、感染リスクを下げながら会食を楽しむ工夫
  - ・大人数や対面及び長時間の会食
  - ・マスクなしの会話
  - ・狭い空間での会食
- 3密（密閉、密集、密接）を避け、大声をださない

### 2. 寒くても換気の実施

- 機械換気による常時換気
- 機械換気が設置されていない場合は、室温が下がらない範囲で常時窓開け（窓を少し開け、室温 18℃以上が目安）

### 3. 適度な保湿

- 換気しながら加湿（湿度 40%以上が目安）
  - ・加湿器使用や洗濯物の室内干し
- こまめに拭き掃除