

「きお(を)つけて!!」

1 き ^{ただ} ^{せい} ^{かつ} **そく正しい生活!!**

- ^{がっこう} 学校での生活と同じように、^{はやね} 早寝・^{はやお} 早起き・^{あさ} 朝ごはんを
^{まも} 守り、^{せい} ^{かつ} 生活のリズムがくずれないようにしよう。

2 お ^{ひと} **おくの人がいるところ
へ行かない!!**

- ^{よぼう} 予防のためのお休みです。^{やす} 人が^{ひと} ^{あつ} 集まるところへは^い 行きません。

3 つ ^{からだ} ^{つく} **よい体を作ろう!!**

- ^{いえ} ^{なか} 家の中でゲームやスマートホン・タブレット・テレビばかり
^み 見ません。毎日^{まいにち} ^{うんどう} 運動をして^{たいりよく} 体力をつけ、^い ストレスをためない
ようにしましょう。

4 け ^が ^く ^し ^{ゆう} **いかくてきに学習!!**

- ^{しゅくだい} 宿題をしたり、^{きょう} ^か ^{しょ} 教科書やノートを^よ 読んだりして、^{まいにち} ^{べん} ^き ^{よう} 毎日勉強
しましょう。

5 て **洗い・うがい・消毒
マスクをしよう!!**

- ウィルスを^{ふせ} 防ぐために、こまめに^て ^{あら} 手洗い・^う ^が ^い うがい・^{しょう} ^{どく} 消毒を
しましょう。マスクも^い ^え しましょう。家の「^{かん} ^き」も^い ^え しましょう。
- ^{けん} ^{こう} ^{かん} ^{さつ} 健康観察カードで毎日、^{まいにち} ^{たい} ^{おん} 体温や^{からだ} 体の^{ちよう} ^し 調子を^{たし} 確かめましょう。