



コロナウイルス感染予防・規則正しい生活のために

- 手洗い・うがい・可能な範囲でのマスク着用に努めよう
- 「早寝・早起き・朝ごはん」のリズムを保とう
- お出かけは極力控え、家で家族と工夫して過ごそう
- スマホやゲームの約束を守り、トラブルに巻き込まれないようにしよう
- 家の人がいないいときの見知らぬ訪問者には気を付けよう
- 毎朝検温をし、体調管理に努めよう