



ばめん ひとり かんが
マスクをはずす場面を、一人ひとりが考えましょう。

かんせんしょう よぼう
感染症を予防するために、マスクを正しく着けることは大切です。夏は、マスクを着
けていることで、ねちゅうしょう
熱中症にかかる危険が高くなります。いきぐる
息苦しいときは、ひと
人がいない
ところでマスクをはずすなど、マスクを着ける場面とはずす場面を、自分で考えられると
あんぜん
安全です。

マスクを着けるのは、くち で ひまつ
口から出る飛沫をまわりの人に広げないためです。

- こえ だ
声を出したり、くしゃみをしたりしなければ、マスクをはずしても大丈夫です。
- ちか ひと
近くに人がいなければ、マスクをはずしても大丈夫です。

このことをもとにして、かんが
考えてみましょう。ふあん おも
不安に思うときは、まわりのおとな ひと
大人の人に相談
しましょう。れい しめ
例を示します。

へ や そと
部屋の外では

たいいく じゆぎやう
体育の授業やスポーツクラブ



うんどうちゆう
運動中はマスクをはずしましょう。
ちか ともだち はな
近くで友達と話しをするときやおうえん
応援
をするときは、マスクを着けましょう。

やすみじかん ほうかご こうていかいほう
休み時間や放課後の校庭開放



そとあそ
外遊びをしているときはマスクをは
ずしましょう。あそ おわ
遊び終わったら、せつ
石けん
つか て
を使って手を洗いましょう。

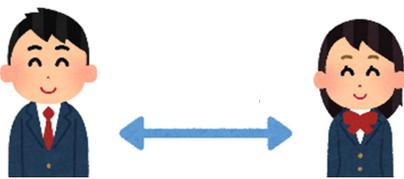
とうげこう か もの なら ごと い
登下校 買い物や習い事へ行くとき



そと ある
外を歩いている時、ごち かいわ
友達と会話をし
なければ、マスクをはずしても大丈夫です。あいさつをするときも、1~2m離
れていれば大丈夫です。

へ や なか
部屋の中では

ひと ひと メートル
人と人が1~2 m はなれているとき



ひと ひと メートル
人と人が1~2 m はなれてれば、
マスクをはずしても大丈夫です。
ちか ともだち はな
近くで友達と話すときは、マスクを
着けましょう。

きゆうじやく しょくじ
給食などの食事をするとき



た はな だま た
食べるときは、話さず、黙って食べ
ましょう。もくじやく
黙食といえます。
た おわ はな
食べ終わって、話すときは、マスク
をつけましょう。

の もの なか みせ なか
乗り物の中やお店の中で



でんしゃ
電車やバスの中、お店の中では、
ひと ひと ちか
人と人が近くなるので、マスクを着
けましょう。話すことをひかえて静か
にしていましょう。

けんこうじゆう りゆう
健康上の理由で、マスクを着けられない人がいます。反対に、健康上の理由で、マスクをはず
すことができない人もいます。たが そんちゆう あ
お互いに尊重し合って生活していくことが大切です。ちくちく言葉
ではなく、ことば
フワフワ言葉でやさしく思いやりのある言葉をかけ合って過ごしていきたいですね。