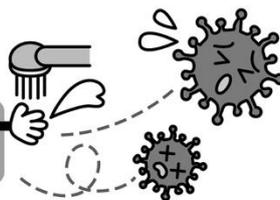


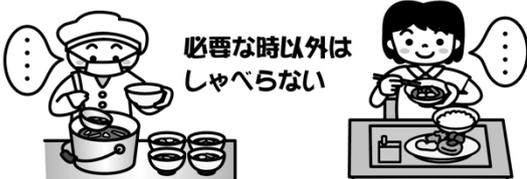
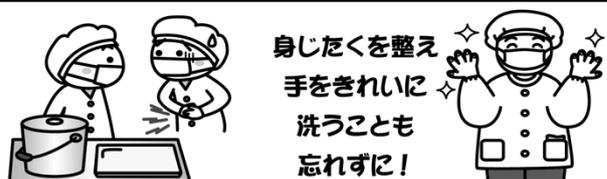


新型コロナウイルス感染症に負けない!

給食時間の過ごし方



給食時間に気をつけたいポイントを「コロナに負けない」でまとめました。

<p>こまめに換気しよう</p>	<p>窓やドアを開けて換気をすることで、空気中に漂うウイルスや細菌を外に出すことができます。</p> <p>空気中に漂うウイルスや細菌を外に出す</p> 
<p>ろく(6)か所の手洗いを徹底しよう</p>	<p>手洗いは感染予防の基本です。せっけんをつけて、①手のひら②手の甲③指の間④指先・爪の間⑤親指⑥手首の6か所をしっかりと丁寧に洗います。水で流したら清潔なハンカチやタオルでふきましょ。ハンカチやタオルの貸し借りはしません。</p> 
<p>なるべくしゃべらず静かに食べよう</p>	<p>配膳は必要な時以外はしゃべりません。給食は前を向いて静かに食べます。食べ物を入れたら、口を閉じてよくかんで食べましょ。</p> <p>必要な時以外はしゃべらない</p> 
<p>にんずう(人数)を減らして密集を防ごう</p>	<p>給食を受け取る際は、前の人と間をあけて並びましょ。後片付けは1人ずつ行います。片付けが終わったら手を洗いましょ。</p> <p>前の人と間をあけて</p> <p>後片付けは1人ずつ</p> 
<p>ますく(マスク)を必ずつけよう</p>	<p>給食を食べる時以外は、マスクをして過ごしましょ。「いただきます」の後に外し、食べ終わったらつけましょ。</p> <p>[マスクの外し方] ゴムひもをつまんで外す。 [マスクのつけ方] 鼻と口の両方を覆い、ゴムひもを耳にかける。</p> <p>マスクの表面にはなるべく触らない</p> 
<p>けんこう(健康)チェックを忘れずに!</p>	<p>給食当番の人は必ず健康状態を確認しましょ。発熱、腹痛、下痢、吐き気があるなど、体調が優れない場合は当番を交代してください。</p> <p>身じたくを整え、手をきれいに洗うことも忘れずに!</p> 
<p>なんでも食べて元気な体をつくろう</p>	<p>いろいろな食べ物をバランスよく食べることは、病気に負けない体づくりの第一歩です。給食はなるべく残さずに食べましょ。</p> 
<p>いちど(一度)配られた給食は戻さず食べよう</p>	<p>盛りつけられた給食の量を減らすことはできません。友達にあげたり、食べてもらったりしてもいけません。どうしても食べられない場合は、後片付けの時に食缶に入れるようにしてください。</p> <p>後片付けの時まで食缶には戻さない</p> 