

## 保健センター開放に参加する場合の留意点

### ～感染拡大を防ぐためのポイント～

★来所される前に、ご家庭で検温しましょう。

- \* 検温は保護者とお子様ともに行いましょう。
- \* 平熱よりも1℃高い場合や風邪症状、体調不良の際は参加をお控え下さい。
- \* できれば毎日体温を測定し、体調を確認しましょう。
- \* 受付前にもスタッフが検温します。

★大人は、マスクを着用して下さい。  
(できれば、2歳以上のお子さんも)



★遊ぶ前と帰る時やトイレの後に、水と石けんで丁寧な手洗いと消毒をして下さい。

- \* オムツ替え前後の手洗い、消毒もして下さい。



★人との距離は、互いに手を伸ばしたら手が届く範囲以上空けましょう。

- \* できるだけ2m空けて（最低1m）あけましょう。



### ～からだを動かす時～

★マスクを着けて運動をする場合は、無理をせず、早めに休憩を取りましょう。

- \* 屋外で人と十分な距離（2m以上）を確保できる場合はマスクをはずしましょう。



★熱中症予防のため、こまめに水分補給や室温チェックをしましょう。

### ～食べたり、飲んだりする時～

★座席は、横並びで座るなど距離を取りましょう。

- \* 参加中は、なるべく水分補給や授乳以外の飲食はお控え下さい。