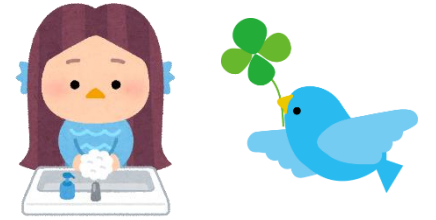


# 新型コロナウイルスに負けない

～自分の命、大切な人の命を守るために～



## うつらない



石けんでていねいに  
手を洗おう

早寝  
早起きを  
しよう



ウイルスに  
負けない体  
をつくろう



好き嫌いせず  
なんでも  
たべよう

体を  
動かそう



「むんむん」「ぎゅうぎゅう」  
「がやがや」はやめよう



窓を開けて  
空気を入れ替えよう

人と  
くっつかないように  
しよう



顔の近くで  
お話ししないでね

## うつさない

咳エチケット

咳やくしゃみをするときは



マスクを  
しよう



ハンカチや  
ティッシュで  
おさえよう



服のそでで  
鼻と口を  
押えよう

## むりをしない

体に無理をしない

いつもと体の様子  
が違ふと思ったら、  
無理をしないで  
お家でゆっくり  
お休みしよう



いやな気持ち  
になったり、  
困ったことが  
あったりしたら、  
おうちの人や  
先生に  
お話ししてね

心に無理をしない

## きずつけない

周りの人を傷つけることを  
言ったりしたりしない



「コロナウイルス」で病気になった人や、  
その近くにいる人の悪口を言ったり、  
仲間はずれにしたりしてはいけません  
みんなで力を合わせて「コロナウイルス」に  
負けないようにしましょう

