



コロナ禍での学年別運動会 3日（金）

3日（金）各学年2時間ずつ、学年別運動会（体育館・校庭）が行われます。2学期は26日から学年練習が始まり、実行委員が中心になって準備を進めています。体育科の先生方も安全に配慮した計画を立ててくれています。今までの運動会のようにはいきませんが、一人一人が注意を守り、安全な運動会になるようご協力をお願いします。

安全な運動会にするために

- ・運動時以外はマスクの使用をお願いします。
- ・呼吸が苦しくマスクを外すときは、人がいないところで外して呼吸を整えてください。
- ・汗でマスクが汚れる場合もあるので、交換用のマスクを用意してください。
- ・いつも以上にこまめな手洗い・手指消毒をしてください。
（フライングディスクを投げた後も、廊下にある手指消毒用アルコールを使用してください）
- ・汗がふけるように大きめのタオルを持参してください。
- ・水分補給が十分できるように、水筒を必ず持参してください
- ・体調の悪い人は無理な参加をしないでください。
- ・夏休みに体を動かしていない人は、運動前のストレッチを十分するようにしてください。

★運動会当日は、不織布マスクの使用をお願いします。

毎日の登校時の健康観察の徹底

体調の悪い時は無理な登校をせず、自宅で休養のお願い



西新宿中は、登校時に毎日の健康と生活の記録に健康状態や家族の方の健康状態を記入してもらっていますが、必ず毎日検温や体調などを確認して、いつもと違う、調子が悪い場合は、保護者の方にも伝えて無理な登校を避けるようにしてください。

体調が悪い日が続く、発熱、腹痛、嘔吐、咳などの症状があった場合、また家族の方の体調が悪い場合は、かかりつけ医を受診してください。

現在の東京、新宿区の感染状況では医師の診察を受けず家庭で様子を見るということはとても危険です。感染の拡大や症状の急激な重症化につながる場合があります。かかりつけ医がいない場合や夜間の場合は、**発熱相談センター**にご相談ください。



平日（9時～17時）

新宿区発熱等電話相談センター

電話：[03-5273-3836](tel:03-5273-3836)

随時（24時間受付）

東京都発熱相談センター

電話：[03-5320-4592](tel:03-5320-4592)