



知念高等学校
NO.1
令和2年4月8日

新型コロナウイルスの感染症に備えて一人ひとりができる対策をしましょう。

1. 手洗いや咳エチケットを行い、3つの密（密集・密接・密閉）は避ける
2. 毎日、朝・夕の検温と健康状態の確認を行う

家庭での健康観察は「**健康観察シート**」を活用し健康管理に努めてください。

3. 文科省より新型コロナウイルス対策として、マスクの自主作製方法について通知がありました。休校期間中に作製してみてください。文科省の YouTube 「MEXTchannel」にも動画があります。見てみてください。



家にあるもので、手作りマスクを作ってみよう！

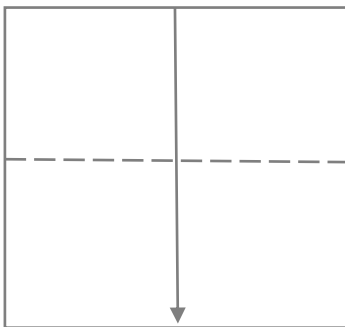
折りたたんでゴムを通すだけのマスクの作り方

〈材料〉

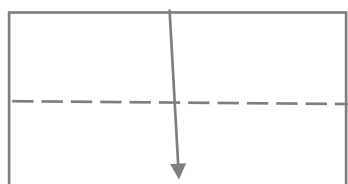
- ・大きめのハンカチ (50 cm×50 cm)
- ・ゴム×2 (タイツや靴下のゴム部分でも代用可能)



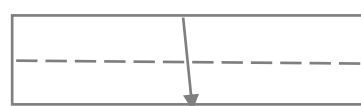
① 2つ折りにする



② 4つ折りにする



③ 8つ折りにする



④ ゴムを通す



⑤ 一方の端を他方に挟みこむ
(完成です♪)



上下に布をずらして
広げる

※鼻と口を確実に覆うようにしよう