

# 新しい生活様式を取り入れた子ども会活動チェックリスト例

## 《個人でのチェック》

熊本県子ども会連合会作成

### 【活動前】

- 活動の前から、毎朝などに体温を計測して、健康チェックをする。
- 日常的に、うがい・手洗いをを行う。
- 外出するときは、マスクを着用し、手洗いや消毒液などで感染防止を行う。
- 無理のない範囲で適度に運動（毎日 30 分程度）を続ける。（体力保持）
- 体調がよくない時は、自宅で休む。発熱や風邪の症状などがあれば、病院を受診する。

### 【活動日の朝】

- 体温の計測を行い、発熱や風邪の症状があれば参加しない。（欠席の連絡も）
- 朝食、排便を済ませる。

### 【活動場所への移動】

- 車で移動する場合は、換気に気を付ける。
- 乗り合わせを避け、家族での送迎を行う。

### 【活動中】

- 感染防止のためのマスクの着用、手洗い（消毒液）の励行、友達との間隔を取る。
- 暑さを感じたときは、熱中症にならないため、周りとの間隔を取りマスクを外す。
- 具合がよくない時は、活動を中断し、適時休みを取る。

### 【活動後】

- 自宅に戻り、健康チェックを行う。