

# “谷中マスクコントロール”とは…

夏場、マスクを長時間使用することによる「熱中症リスク」が高まらないようにする目的で、各自でマスクが必要な時と、外す時とを理解し、行動できるようにしていきます。



## ①マスクを外せるとき

**原則、人との距離が2m以上あるとき、熱中症のリスクが高くなる時**

例) 運動をしている時。登下校中で人との距離が2m以上ある時。

個人で問題を解いている時や先生の話静静地に聞いている時。

朝読書の時間。等

## ②気を付けること

- 外したマスクは個人で管理をする。(マスクケース等の持参を推奨)
- こまめに水分補給をすること。