

風薫る5月、新緑の美しい季節になりました。臨時休校も2ヶ月が過ぎ、皆さんはどのような生活を送っていますか？保健室から健康情報を発信していきますので見てください。

新型コロナウイルス

新型コロナウイルスを
広げないためには
みんなで力を合わせるこ
とが必要だ!!

わたしたちに
できること!



げき退作戦!

布マスク

Point 布マスクをつけていても

せきエチケット

Point 布マスクはキレイなものを

布マスクをしていてもくしゃみやせきをするとうイルスは外に出てしまうんだ...



マスクはかならず毎日洗って汚れたらこうかんしてキレイなものをつけよう!



手であさるのは×
手であさってしまったら手をあらおう



だからくしゃみをするときは布マスクをしていてもひじを使ってガードしよう!



マスクの表面をさわったら手を洗うこともわすれないでね

休みの間にマスクの手作りもいいでしょう。お手入れもしっかり。

手洗い

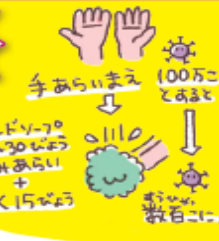
Point 最強の予防法!

石けん+20秒

Point 洗ったあとは

かわかして保湿!

手洗いはウイルスがうつらないための最強の予防法!



手洗いをするとき



ご飯を食べるまえとあと



トイレに行ったあと



休み時間に遊んだあと



図書館の本を読んだあと



マスクをさわったあと

洗ったあとしっかりかわかすとウイルスはうつりにくくなるよ



手洗いをすると手がガサガサになるので夜寝る前にクリームをぬろう

手の洗い方

だいたい20秒の目安... きらきらほし・ハッピーバースデーのうた

