



2020年12月1日 大阪市立弘済中学校 ほけんしつ

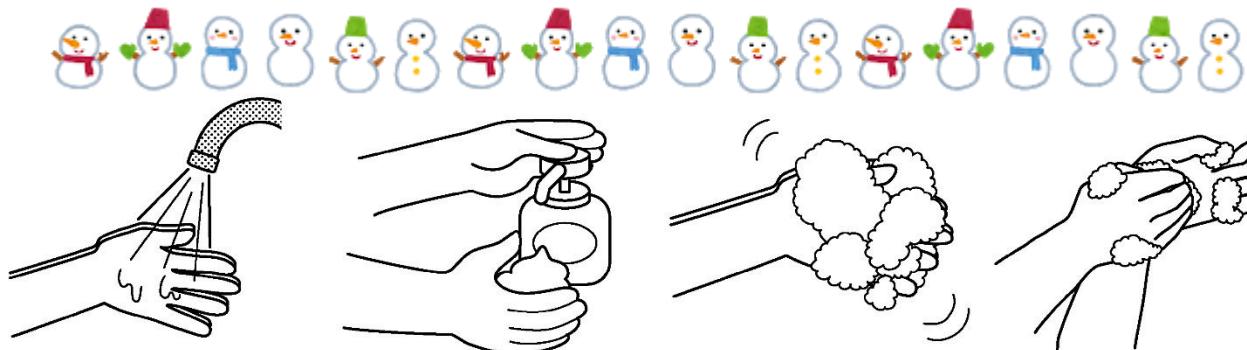
せんげつ がくしゅうはっぴょうかい つか さま せんせい なそと むすか
先月は学習発表会、お疲れ様でした。先生は、謎解きが難しかったですが、わくわくして見ていました。推理できている人が多くてびっくりしました。楽しかったですね！

かがつ ことし しんがた いがい さまざま
さて、12月になりました。今年もあとわずかです。新型コロナウイルス以外にも、様々な

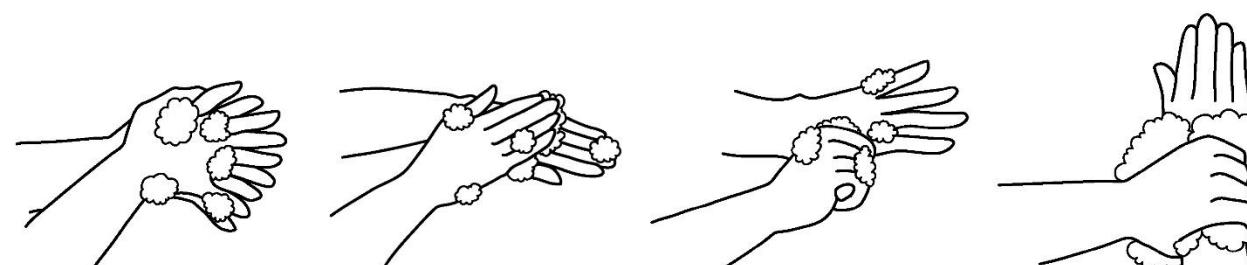
かんせんしょう りゅうこう じき みす つめ ただ て あら ひと
感染症が流行してくる時期です。水が冷たくて、正しい手洗いができるない人はいません

て あら ほうほう みなお て あら しょうどうく
か？手洗い方法を見直して、しっかり手洗い・消毒をしてください。

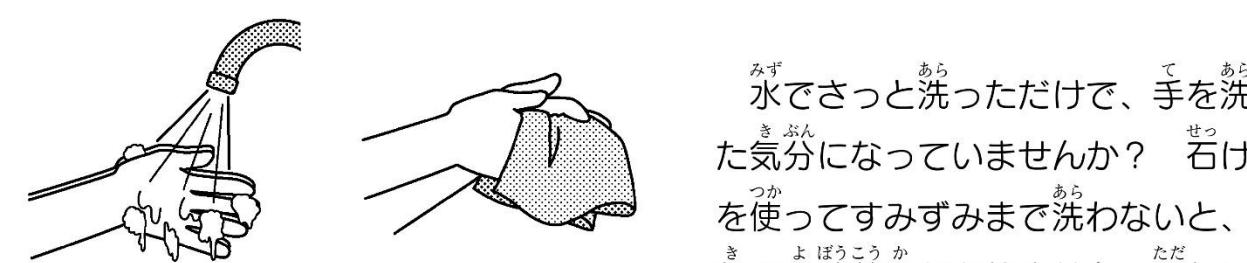
みんな て あら かた 見直そう！ 手の洗い方！



1. 手を水でぬらす。 2. 石けんを付ける。 3. 手のひらを洗う。
(石けんをあわ立てる) 4. 指先やつめを洗う。



5. 指の間を洗う。 6. 手のこうを洗う。 7. 親指を洗う。 8. 手首を洗う。

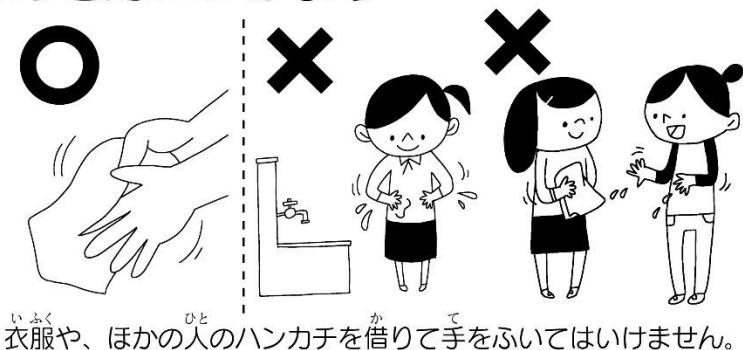


9. 手に付いた石けん 10. 清潔なハンカチで
を洗い流す。 手をふく。

泡の予防効果がありません。正しい
の洗い方を覚えましょう。

ハンカチは清潔なものを身につけよう

せっかく手をすみずみまで
きれいに洗つても、手をふく
ハンカチがよごれていては、
また手がよごれてしまひます。
まいにちせいかつ
毎日清潔なタオルやハンカチ
を持つようにしましょう。



衣服や、ほかの人のハンカチを借りて手をふいてはいけません。

ただ つか 正しくマスクを使っていますか？



はな
鼻がでている

あご
頬がでている

あごに
かけている

まだ
マスクは正しくつかいましょう。
おもて うら たし
表と裏も確かめてください。

いっしょ ひろ と こ
マスクはしぶきと一緒に広がるウイルスを閉じ込めるので
見えない菌がたくさんついています。

使い捨てのマスクは毎日新しいものに、
使いわせる布マスクは、毎日きれいにあらいましょう！

