

* ほけんだより * 5月 *

大阪市立北恩加島小学校 保健室

みなさん、お家でどんなふうに過ごしていますか？ 勉強をしたり、本を読んだり、ストレッチやラジオ体操をしたり、お手伝いをしたりするのもいいですね。いろいろと楽しくなるように工夫して、前向きに取り組みましょう。

みなさんも、今、世界中で流行っている新型コロナウイルス感染症に負けないように、手洗いなどに気を付けていることと思いますが、ほけんだよりを読んで、一度、振り返ってみてくださいね。

★新型コロナウイルスが好きなこと3つ

①空気をいれかえて

いないところ。



まどやドアを開けて
空気をいれかえよう。

②人がたくさん

いるところ。



人がたくさんいるところ
には行かないでおこう。

③近くで話すこと。



人とのきよりを
2メートル開けよう。

★マスクのつけかた・はずしかた



はなとくちを
しっかりとおう



ゴムをもって
はずす

せきをするときは...



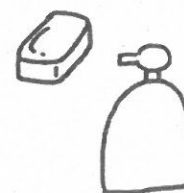
ひとのいないほうをむこう

★手洗い、うがいをしましょう

①水でぬらす



②石けんをつける



③手のひら



④手のこう



⑤指の間



⑥つめさき



⑦手くび



⑧親指



⑨小指の横



⑩水で流す



⑪ふく



★アルコールが
あるときは



全体にすりこもう