

令和3年5月
大阪市立依羅小学校
保健室

緊急事態宣言が発出され家庭での学習時間が増えましたが、いつもと同じ時間に起きる

ことはできていましたか？

体調を崩してしまわないように明日からのゴールデンウィーク、そしてその後も「早寝・
早起き・朝ごはん」を心がけましょう。

てあら 手洗いマスターになろう

昨年と比べて手洗いが疎かになっていませんか？

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳工チケット」です。

「あわあわ手あらいのうた」を歌いながらていねいに手洗いをしましょう。

①手のひらを洗う。



おねがいのポーズ

②手の甲を洗う。



カメのポーズ

③指の間を洗う。



お山のポーズ

④指先を洗う。



おおかみのポーズ

⑤親指を洗う。



⑥手首を洗う。



⑦十分に水で流す。



⑧清潔なタオルで拭く。



バイクのポーズ

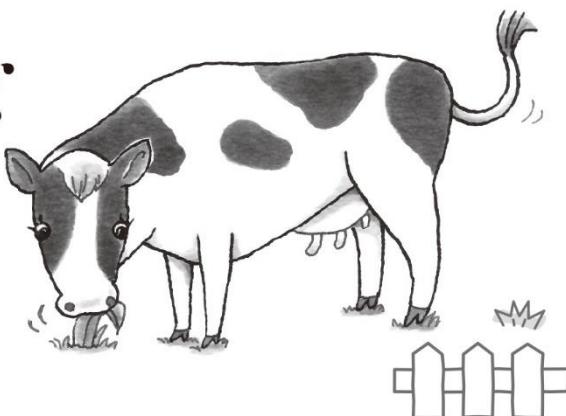
つかまえたのポーズ

ナゾトキの丘

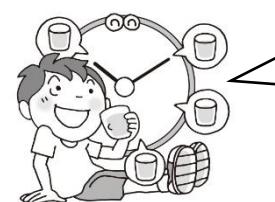
気をつけたい3つのこと

ここは「ナゾトキの丘」。あたたかくなってきたこの時期に気をつけたいことは何かな？動物たちのヒントを見て、□に入る文字を考えよう。

ば



③ そろそろ熱中症にも注意が必要。こまめに□補給をしよう。



マスク着用により、熱中症のリスクが高まります。のどが渇いていなくてもこまめに水分補給をしましょう。そのためにも学校には必ず毎日水筒を持ってきてくださいね。

△△△
△△△
△△△