

# 保健だより 臨時号

わたしたちに  
できること!



多度津町立豊原小学校  
保健室

ようやく学校でみんなと会える日がやってきました。

学校生活を送るうえで気をつけてほしいことについてお知らせします。

## しんがた 新型コロナウイルス感染症等を予防しよう!

### 1 手洗い

**ポイント** (最強の予防法) せっけん+20秒 洗った後は、きれいなハンカチでふく

てあら 手洗いするとき

- トイレのあと
- 給食のまえ
- 外遊びのあと
- そうじのあと
- 体育のあと
- など

手洗いはウイルスがうつらないための最強の予防法!

手あらいまえ 100万こ とする

ハンドソープ 10〜30びょう  
泡みあらい + 水くらげよう

ウイルスが 数百こに!

手洗いは せっけんをつけて 20秒

### 2 マスク

**ポイント** せき 咳エチケット

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...

毎日洗おう!!

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!

さわつた!!

できるだけさわらないようにしよう

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!

よごれたまま つけないで!

手であさるのは X  
手であさったら 手をあらおう

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

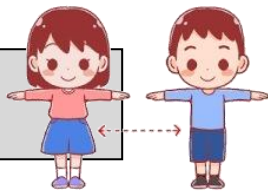
### 3 免疫力アップ

**ポイント** じゅうぶん 十分なすいみん てきどな運動 バランスの良い食事





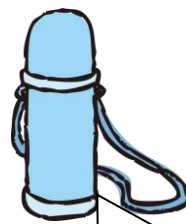
4 じゃれあいしない  
ポイント きよりをたもつ



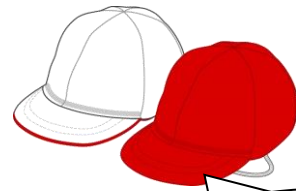
せき せき あいだ  
席と席の間を  
あけています。

5 熱中症に注意

ポイント のどが渇く前に水分補給



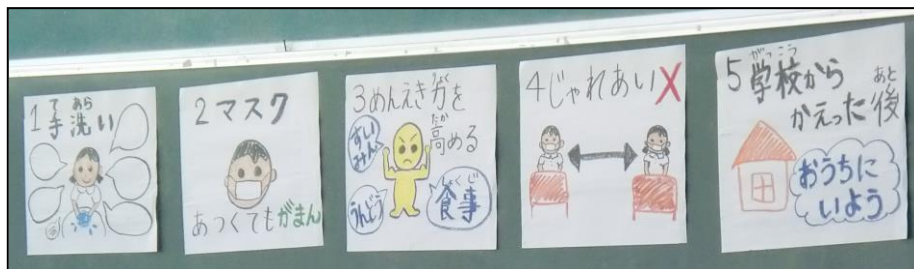
まいにち すいとう も  
毎日、水筒を持っ  
てこよう。



そとあそ とき ぼうし  
外遊びの時は、帽子  
をかぶろう。



11日に、**学級**で新型コロナウイルスについて勉強したよ。



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!!



なに しんぱい  
何か心配だっ  
たりする?



おうちに帰っ  
たら?

おうちにいよう。

ふあん なにかあったら先生  
不安なことがあったら先生  
に言ってね。うわさなどで  
友だちを傷つけないように  
するよ。



どんな時に手  
を洗います  
か?

◆◆お知らせ◆◆

- 学校に欠席連絡する際は、発熱&症状の有無(期間)・家族の症状有無・県外往来有無等についてお知らせください。
- 例年実施している定期健康診断(内科健診や歯科健診等)は延期しており、年度末までの実施予定です。