

ほけんだより 5月

令和2年5月25日

白山市立北陽小学校保健室

20日からの登校日で、少しずつ、学校にも日常がもどりつつあるように感じます。学校生活の感覚をとりもどせたいでしょうか？ 来週、6月1日からは学校が再開されますね。楽しく、元気に過ごせるように、まずは生活リズムを整えましょう。

てあら いちどかくにん 手洗いをもう一度確認しましょう



学校ではこまめに手洗いをしますが、特に登校後、長休み、給食前、掃除後には必ず全員が手洗いをします。正しく手洗いできていますか？

①しっかりそでまくり



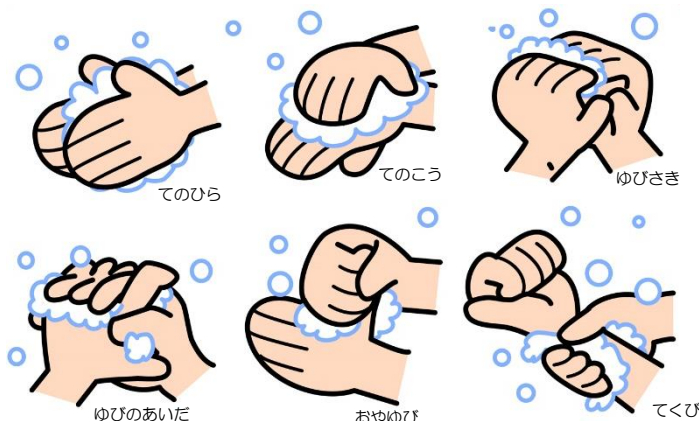
②水でぬらして



③よくあわだてて



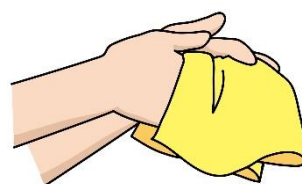
④6つのポイントに気をつけて洗います



⑤水でながして



⑥ハンカチでふきましょう



キレイになったかな？

3つのせきエチケット

せきエチケットをまもって、せきやくしゃみをしたり^{はなし}話をした^{とき}時などに、つばがとばないようにしましょう。



マスクをつける



ハンカチ・ティッシュでおさえる



そでで^{くち}口・^{はな}鼻をおおう

^{がっこう}学校に^く来る^{とき}時には、マスクをつけましょう



マスクのつけ方・はずし方



はなにあわせる



あごをかくす



みみにかける



ゴムをもってはずす



すてる



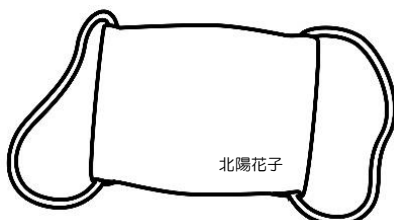
あらう

^{はな}鼻はかくれて
いますか？

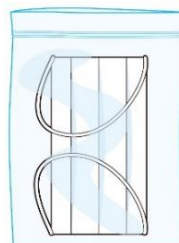
^{おお}大きさは^あ合っ
ていますか？

あごはかくれて
いますか？

..... ～保護者の方へお願い～



マスクには名前を
書いてください



予備のマスクをランドセル
の中に入れて持たせてくだ
さい



マスクを入れる袋やケースを
準備してください

- ・体育や給食など、外した時に
入れておきます
- ・週末に持ち帰らせますので、
洗うなど清潔にして週明け
に持たせてください

※給食時、当番は手指の消毒をしますので、皮膚の心配がある方はお知らせください