

ほけんだより 12月号



12月に入り寒さがさらにきびしくなりました。天気の良い日でも風が冷たい日は、廊下で身震いしている様子を見かけます。しかし、多くの子どもたちが、休み時間や昼休みは外に出て体を思い切り動かして遊んでいます。とてもたくましいし、元気だなとうれしく思っています。

さあ、今年最後の月です。病気や大きなケガに気をつけて過ごしましょう。

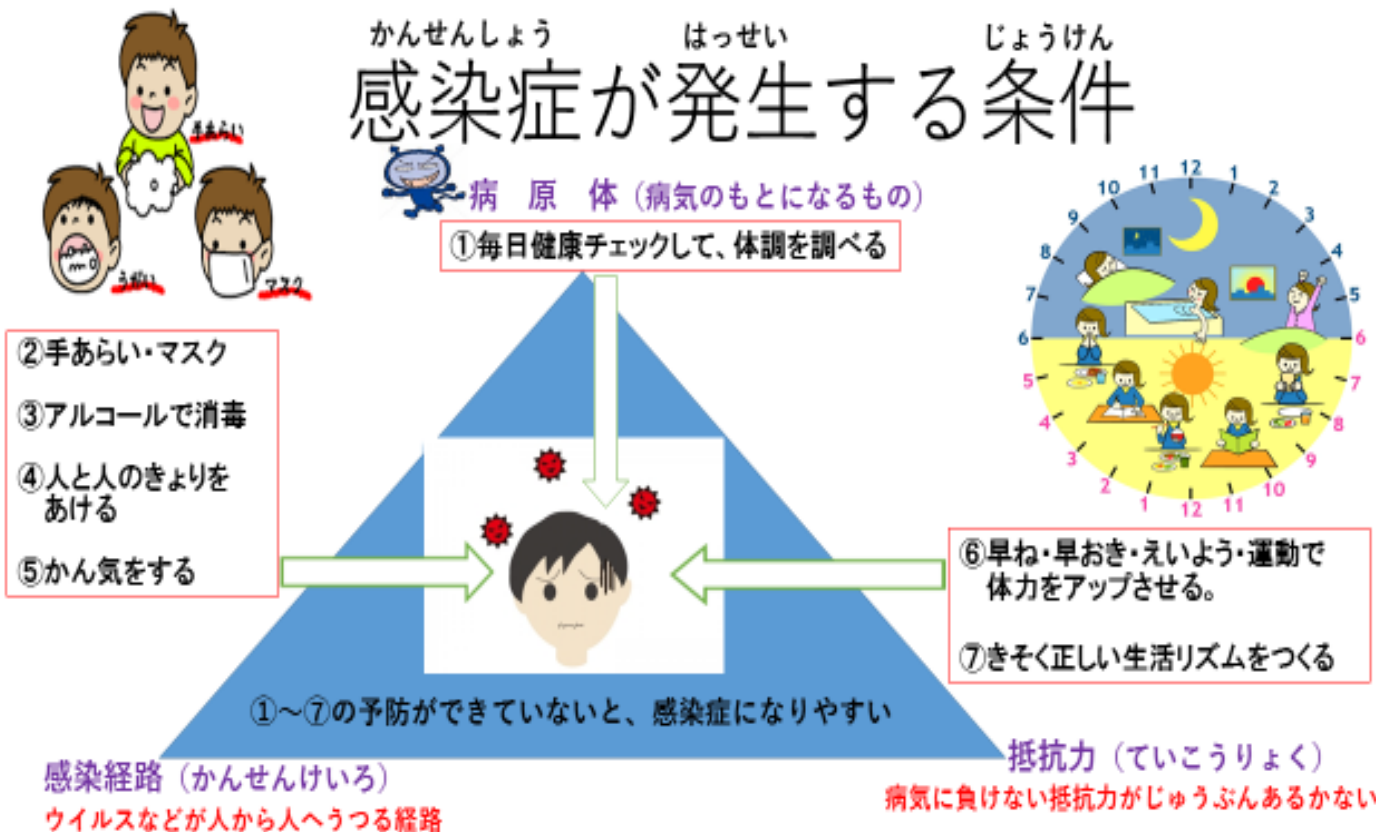
佐賀県は、今コロナの新規感染者ゼロの日が数日続いています。

11月末日現在の感染者情報です。街中を見ても多くの人でにぎわっています。久々にのびのびとした楽しい気分になりますね。そんな中、気になるニュースも出ています。あらたなコロナのウイルスが見つかりました。今までとちがうウイルスです。心配なニュースではありますが、予防対策は今までとかわりません。ワクチンを打っている、打っていないにかかわらず、これまでの感染予防を続けていきましょう。

ひとりが自分でできる感染症予防 マスト 10

- | | | | | |
|------------|------------------|---------------------|-------------|----------------|
| はや
早ね | はや
早おき | えいよう
栄養をバランスよくとる | そとあそ
外遊び | けんこう
健康チェック |
| てあら
手洗い | しゅししょうどく
手指消毒 | マスク着用 | かんき(窓あけ) | ひとご
人混みをさける |

感染症が発生する条件



仁比山小での予防ポイント

① 手洗いをしよう！

●なんのために手を洗うの？ (1) コロナから自分を守るために！ (2) 友だちや家族にうつさないために！

●感染をふせごう！

★まず せっけんで 手洗いをしよう！！



注意
ていねいに消毒した後は、アルコール消毒しない
・ぬれた手でアルコール消毒しない
・手を洗わず、アルコールでばかり消毒しない

- ・手ぬきタオルをみんなで使わない。
- ・ペーパータオルで使い捨てにすると良い。

手をぬらして、せっけんをつけ
手の甲や指の間、つめの中もよくあらい。

20秒間、こずってあらい。

ハッピーバースデーの歌を2回歌うくらいの間、手を洗えると良いね！

お水でながして、きれいなタオルでふく。

②換気（かんき）をしよう！ きょりをとろう！

★集団感染（クラスター）をふせごう！



三つの密に気をつけよう！
密閉 密接 密集



③マスクを正しくつけよう！

マスクもしよう！

せきやくしゃみからウイルスがとびだしていくのを防ぐために！
また、すいこむのも防ぐために！

●どうやって感染するの？
ウイルスが口や鼻からはいていきます。目のねんまくからもはいることがあります。



★ウイルスがついている物をさわった手で、口などをさわってしまっとうつる。



★近いきょりでせきやくしゃみ大声で出たしぶきの中にはウイルスがいて、口や鼻にはいっとうつる。

