



令和4年12月1日
鹿嶋市立豊津小学校

12月になり、早いもので今年も残すところ1カ月となりました。これからさらに寒くなって空気が乾燥してくると、ウイルスが長生きしやすい環境になり、感染症にかかるリスクも高まってきます。

また、疲れがたまっているときは、体の免疫力も下がっていて、様々な感染症にかかりやすくなります。気を引き締めて、感染症対策をしっかりとしていきましょう。

新型^{しんがた}コロナウイルスもインフルエンザも /

自分^{じぶん}にできる感染症^{かんせんしょうたいさく}対策^{たいさく} **しっかりと^{つづ}けることが^{だいじ}大事**



人と^{ひと}一緒^{いっしょ}のときはマスク
ひまつを飛ばさない



人と^{ひと}の距離^{きょり}をとる
(人^{ひと}混み^{ごみ}は避^さける)



石^{せっ}けんで手^て洗い
(定期^{ていき}的にこまめに)



栄養^{えいよう}や睡眠^{すいみん}をしっかりと
体力^{たいりき}をつける

★ダントツで綺麗に★



手洗い前

菌数 10000個以上



水洗い30秒

菌数 1000個以上



@手洗い30秒

菌数 208個



今月の保健安全目標

保健：教室の空気をきれいにしよう

安全：暖房器具の使用のきまりを守ろう

環境衛生基準より室温は、17℃～28℃になるように。

換気・通風のポイントは



『2か所』を『対角線』で

手洗い後…ぬれた手は？

OK / NG をおさらい



清潔なタオルやハンカチでふく



カーテンや衣服でふく



水気を髪になじませる



手を振って水気をきる

正しくていねいに手洗いをしましょう！

左の図は『手洗い実験』の結果です。さっと水でながしておしまいでは、なかなか手についた汚れやウイルスを落とすことはできません。石けんを使って、手洗いをしっかり正しく30秒行うことで、より多くの汚れやウイルスを落とすことができます。

必ず石けんを使って、指の間や手首、親指までしっかり洗いましょう。