

だより

令和2年5月号
一宮市立小信 中島小学校
保健室

ちで迎える「わくわくドキドキの新学期」の春でした。新型コロナウイルスは、今は家で過ごす日が続き、不安な気持ちをかかいかと心配しています。

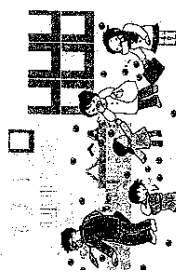
子は苦手みたいで、今のところ高熱や肺炎など強い症状がやうです。でも持病がある子や大人の人の体に悪さをする

いてできることをしつかりやりましょう。先生たちも学校が気が予防できるようなくみを整えておきます。そして一える日を楽しみに待ちたいと思います。

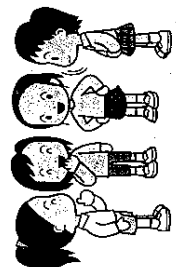
感染症から自分や家族、みんなを守るために

つの密をさけましょう。

① 集(ひと)が多くあつまるところ ② 密接 (近くで人と話をする)



く「ぎゅうぎゅう」



×「がやがや」



不要な外出をしないで

家です。

人と話すときは、少し

はなれて話す。

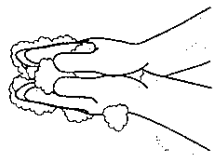


手洗いをしつかりする。特に、外からかえった時や食事の前は、ていねいに洗いましよう。

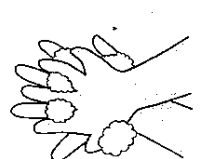
* コロナウィルスは、せっけん液やアルコールが苦手です。

手洗いのポイントは、「ていねいに」と「こまめに」です！

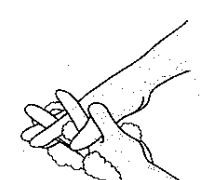
① 手のひら



② 手のこう



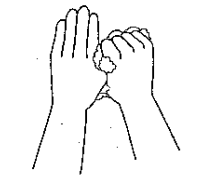
③ 指と指の間



④ 指先やつめ



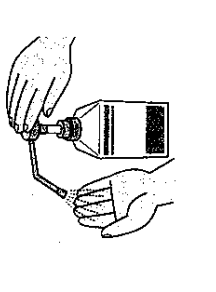
⑤ 親指のつけね



⑥ 手首



⑦ 消毒があれば

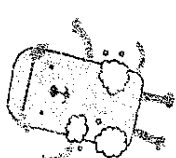


【保護者の皆様へ】

学校では、児童に手洗いをしつかりさせるための指導として、愛知県で推奨している手洗い歌「あわあわゴッシーのうた」に合わせて、楽しみながら手洗いの習慣化を図りたいと考えています。

ご家庭でも、ぜひ下のサイトにアクセスしていただき、ご家族そろって正しい方法で、毎日の手洗いに取り組んでいただけたらと思いますので、よろしくお願ひします。

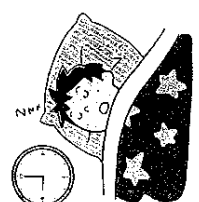
愛知県Webサイト <https://www.pref.aichi.jp/soshiki/eisel/0000022473.html>



抵抗力をつけて、病氣と戦う強い体をつくりましよう。

* コロナウィルスから身を守るために、日ごろから抵抗力をつけておきましよう。

① 十分なすいみん



② バランスのよい食事



③ 適度な運動

④ 朝昼寝る前の歯みがき