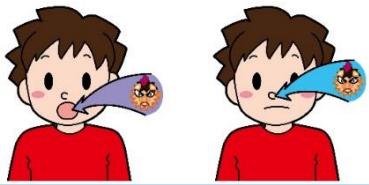


すこやか 特別号

京都市立紫竹小学校
保健室

じぶんみまも 自分の身を守るために

ウイルスは、^{くち はな}口や鼻からすいこむことで体の中に入ります。また、せきを手でおさえた後や、^{からだ なか}鼻水を手でぬぐったあとに、机やドアノブなどにふれるとその場所にウイルスがついてしまいます。その場所を、別の人気が手でふれ、さらにその手で口や鼻にふれることによってうつります。



くち はな
口や鼻からすいこむ



て
せきを手で
おさえる



ウイルスがついた
手で机にふれる



べつ ひと つくえ
別の人が机にふれる

からだ なか ひょうき
体の中に病気のもとを入れないために…
て・あ・ら・い! あら なが
しっかり洗い流しましょう。

どんなときにするの？

外から
帰ったとき



あそんだ後



そうじ
を
した後



トイレ
の後



ごはんを
たまえ
食べる前

手洗いが不十分になりがちな部分



- 指先や爪の間
- 指の間
- 親指のまわり
- 手のしわ
- 手首のまわり

正しい手のあらいかた



じぶん かそく とも まも
自分を、そしてまわりの家族や友だちを守るために
こころ
心がけましょう！

