

ほけんだより 特別号

令和3年9月1日

上大野小学校 保健室

知らないうちに、拡めちゃうから。



STOP!

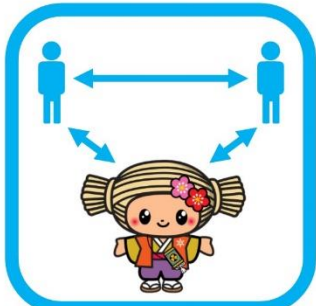
感染拡大

— COVID-19 —

緊急事態宣言の発令により、休校の措置がとられています。感染症の広がりによって、不安を感じたり、つらい思いを感じたりすることもあると思います。一人一人の心がけが、感染症予防のために大切なことです。お互い思いやりの気持ちを持って、自分にできることを行っていきましょう。

「かからない」「うつさない」ために

みとちゃんからのお願い



間隔をあけよう
#KeepDistance



マスクをしよう
#WearMask



手を洗おう
#WashHands



テイクアウトしよう
#TakeOut



おうちにしよう
#StayHome



換気をしよう
#OpenWindow

かんがえて
みよう

いえ かに へった 後は・・・



まずは
うがい・手洗い

マスクを外すときは
ひもの部分を持つ



食べる前は必ず
手洗い



使ったマスクや鼻をかんだティッシュは、ふたの付いたゴミ箱や袋に密封して捨てる



ただ つか よぼう 正しくマスクを使って予防しよう！

3つの咳エチケット

電車や職場、学校など
人が集まるところでやろう



マスクを着用する
(口・鼻を覆う)

ティッシュ・ハンカチで
口・鼻を覆う

袖で口・鼻を覆う



何もせずに
咳やくしゃみをする

咳やくしゃみを
手でおさえる

正しいマスクの着用



1 鼻と口の両方を
確実に覆う



2 ゴムひもを
耳にかける



3 隙間がないよう
鼻まで覆う

首相官邸
Prime Minister's Office of Japan

厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

厚生省 検索



マスクをつけるときのお願い

① 自分に合ったマスクをつけよう。

様々な種類のマスクがあります。

ウレタン < 布 < 不織布 の順に予防効果が高いと言われています。

自分の顔の大きさに合ったサイズのものを使用しましょう。

自分に合ったマスクを選んで、予防効果を高めましょう。



② つけているマスクは触らないようにしましょう。予備のマスクを持ち歩こう。

マスクの表面にはウイルスがついている可能性があります。なるべく触らないようにしてください。マスクがずれてしまう時は自分に合っていないのかもしれない。

くしゃみや咳でマスクが汚れてしまうこともあります。予備のマスクを持ちましょう。

③ 思いやりの気持ちを持って、感染症対策に取り組もう。

人によっては肌荒れやアレルギーなどの理由があり、アルコールが使えなかったり不織布のマスクが使用できないことがあります。「できない理由があるかもしれない」という思いやりの気持ちを持って、自分のできる感染症対策をしていきましょう。

