

# ほげんだより 5月

東松島市立鳴瀬桜華小学校 令和2年 5月12日(火)

5月13日(水)

## 新型コロナウイルス感染症の予防をしよう!

新型コロナウイルス感染症に伴う臨時休業が続いていますが、みなさんの体調はいかがですか？  
この新型コロナウイルス感染症は、ウイルスを吸い込むことで感染したり（飛沫感染）、ウイルスが付着しているものに触り、その手で目や鼻を触ることで感染したり（接触感染）する感染症ですので、一人一人の「予防の意識」が大切です。分散登校が始まりましたので、ウイルスに負けないつよい体づくりを行い、一人一人がしっかり意識して予防していきましょう！

### てあら 手洗い

#### ●ポイント

- ① 指のあいだをこすり合わせるようにしっかり洗いましょう。
- ② 指先やつめのあいだを洗いましょう。  
※この部分は洗い残しが多い部分です。
- ③ トイレのあと、食事の前、外から帰ったあとはとくに手洗いをしましょう。

①



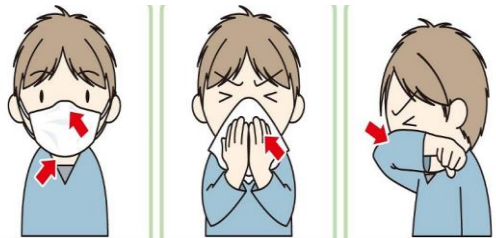
②



### せき 咳エチケット

#### ●ポイント

- ① マスクをつけるときは、鼻にあわせて、あごをかくすようにつけましょう。
- ② せきやくしゃみが出そうになったときは、ティッシュ・ハンカチ・そでで口を覆いましょう。



### めんえきりょく 免疫力アップ

#### ●ポイント

- ① 好ききらいはせず、バランスのとれた食事をしましょう。
- ② 夜は9時や10時にはお布団に入るようにしましょう。  
1日8～10時間の睡眠をとり、体を休ませてください。



～お願い～

学校に登校する際は以下の点にご協力をお願いします。

- ・毎朝、検温と風邪症状の確認を行い、健康観察カードに記入をして持たせてください。
  - ・発熱（37.5度以上）や風邪の症状が見られる場合は登校をさせないでください。
  - ・マスクをつけて登校させてください。
- ※この度、新型コロナウイルス感染症予防のため、国から布製マスクが届けられ、児童1人につき1枚配布しました。どうぞご活用ください。
- ・ハンカチやティッシュを毎日持たせてください。
  - ・水分補給は感染予防に効果的です。水やお茶などを水筒に入れて持たせてください。
  - ・検温の確認をしますので、徒歩通学児童は8時を目安に登校するようお願いいたします。