

ほけんがより 1月

平成23年1月11日
精華町立精華台小学校

じょうずは寒さをのりきろう!



ポイント1



ポイント2

したぎをちゃんと着る

くび・手くび・足くびをあたためる



ふく てぶくろ なまえ か
服や手袋などにも名前を書いておいてね。

ねん 年	ぐみ 組	なまえ 名前
---------	---------	-----------



ふく ちょうせつ
服の調節をして、元気に過ごした日を書いて、色をぬりましょう。

しゅうかんづつ
1週間続けられたら、ニコニコ元気で保健室に持ってきてください。

保護者の皆様

☑ たかが手洗い されど手洗い

手洗いは、いろいろな感染症を予防する1つの方法です。ご家庭でも、手洗い・うがいの励行をしていただいていると思います。感染症流行期の今、もう一度効果的な手洗いを行うようご家庭で、みていただければと思います。

- **洗い残しのない**ように、意識して手洗いをしましょう
- **完全に乾かす** 手をきれいに洗っても、ぬれた手では次に触った場所から大量の微生物をまた付着させてしまいます。
(ぬれた手は、乾いた手の100~1000倍の微生物を付着させるそうです。)



て 手^{めいじん}あらい名人になろう!

① **て** 手をあげて ② **みず** 水でぬらす ③ **て** 手のひら ④ **て** 手のこう ⑤ **ゆびのあいだ**

⑥ **つめのあいだ** ⑦ **おやゆび** ⑧ **て** 手くび ⑨ **みず** 水でながす ⑩ **キレイなタオルで** ぬきましよう☆



ことしもよろしくおねがひします

