

ほけんだより6月

令和2年6月26日
青木村立青木小学校
☆☆保健室発行☆☆

がっこうせいかつ な 学校生活に慣れてきましたか？

6月1日から、全校の一斉登校が始まり一ヶ月が経とうとしています。そろそろ新日課のリズムに慣れてきましたか？夜遅くまで起きていて、朝なかなか起きられない・・・登校時間になってしまい朝ご飯が食べられなかった・・・という人はいませんか？休業が長かったので元に戻すのに時間のかかる人もいるかもしれませんが、そろそろ学校の事を考えた生活をしていくようにしましょう。

手洗い VS コロナウイルス 勝つのは手洗い！



コロナウイルスは体に入ると増殖できますが、物の表面にくっつくだけなら時間がたつと壊れてしまいます。でも、くっつく物によって24～72時間くらい、感染する力を持っています。この間にウイルスを触ると、手についたウイルスが体の中に入ってくる危険が…！

そこで、手洗い。

- ① 流水で洗うと、ウイルスは流れていきます。
- ② 石けんの手洗いは、コロナウイルスの表面の膜を壊して感染する力を失わせるので、もっと効果的。

指先、指の間、手首、手のしわ
など、ウイルスが残りやすいところを念入りに洗えば、手洗いの完全勝利！



給食後のハミガキを復活！します！！

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、給食後のハミガキは一旦中止にして「ぶくぶくうがい」をしてきましたが、6月3日の歯科指導の折に歯科衛生士さんに伺ったところ、ハミガキは問題ないとの事でしたので、来月から給食後のハミガキを復活させたいと考えています。そこでお願いします。7月1日(水)の給食までに、

新しいハブラシの用意をしてください。真新しいハブラシで、また全校一緒に給食後にハミガキをしていきましょう。そして、秋に行われる歯科健診では、学校歯科医の宮原先生をびっくりさせるような口の中にしていきましょう！

みなさんのご協力をよろしく申し上げます！！



みがいていくうちに、かくにんしていこう！



みがくじゅんばん きめるといいよ！