

# ほけんだより



令和2年  
6月9日(火)  
羽村第三中学校  
保健室 No.4

## 手洗いキャンペーンのお知らせ

現在、新型コロナウイルス感染症は、一旦緊急事態宣言が解除されても、再度の流行があるかもしれないと懸念されています。手洗い・うがい(特に手洗い)を、まめにしましょう。特に朝、登校したらすぐに石けんで手洗いをし、きれいなハンカチで手を拭いてから教室へ入るようにしましょう。ポンプ式の薬用液体石けんも各手洗い場・各トイレに用意してあります。生徒昇降口にはアルコール消毒液も置いてあります。適宜、使ってください。

**実施期間: 6月10日(水)~6月19日(金)**

**方法: 登校後、石けんで手洗いをし、清潔なハンカチで手を拭く。朝学活でチェックする。**

※うがいをする際は、水道の蛇口を上に向けて行い、10秒ほど流した後蛇口を下に向けて。(水道水で蛇口を洗う)

※手洗いキャンペーン期間が終了しても、手洗い、うごいは継続しましょう。

### マスクのつけ方・外し方

つけるとき



鼻が出ている

隙間のないように、鼻と顔をしっかりと覆う。

外すとき



中央の部分に触らないように注意しながら、ひもを外して捨てる。

### 手洗いのしかた

手を洗うことは、インフルエンザやかぜの予防に有効です。外から帰ってきたときや食事の前などに、石けんを泡立ててこまめに手を洗うようにしましょう。洗い終わったら、清潔なタオルやハンカチで水気を拭き取りましょう。



手のひら



手の甲



指の間



指先、爪



親指



手首