

ほっとなけんこう情報をしっかいつたえます ♡



令和2年12月3日
第7号
上沖小学校保健室
おうちの人とよみましょう
家庭教配付

ほっとけんしつ

12月になり、朝晩の寒さも一段と増して本格的な冬がやってきましたね。冬はかぜやインフルエンザが流行します。また、今年は新型コロナウイルスにも気を付けましょう。インフルエンザウイルスもコロナウイルスも、予防方法は同じです。今月は、感染症予防のなかでも特に大切な手洗いについて詳しくお話します。

12月の保健目標 きれいに手を洗おう

ドアノブや手すりなど、多くの人が使用する場所には、目に見えないウイルスが付いています。そういった場所を触った手で、自分の眼や鼻、口を触ったり、食事をしたりすることで、ウイルスが体の中に入ります。ウイルスを体内に侵入させないために、また、ウイルスを運ばないために、「手洗い」が必要なのです。

しかし、手洗いが必要とわかっているにもかかわらず、たまにこんな声が聞こえてきます…

水でぬらしたから平気!

もう汚れは見えないから
だいじょうぶ!

水が冷たいから
すぐにおわらせた

そこで、保健委員会では、

「普段の手洗い方法で、汚れはどれだけ落ちていくのか？」

を調べる実験をしました!

汚れに見立てたでんぷんのりを手に塗って、

手洗いでのりを落とします



ヨウ素液(でんぷんのりに反応する薬品)を吹きかけると、

汚れが残っている部分の色が変わります

よご のこ 汚れが残しやすいのはこんなところ…！

しっかり洗えていると思っていても、目に見えない汚れは残っています。
 どの部分に汚れが残っていたのか、大きな手形にまとめてみました。



【汚れが残った部分】
 関節
 指の間
 指先
 親指の付け根
 手のしわ
 手首

てあら ほうほう いつもぴかぴか！手洗い方法

汚れを落とすために、それぞれの部分に合った手洗いをしましょう。冷たいから、時間がないから、と水で流すだけでなく、石けんを使って丁寧に洗います。また、手を洗った後は清潔なハンカチで拭きましょう。



一保護者の方へー

- ★ 先日実施しました1、2、3、5年生の聴力検査の結果は、3学期の健康カードでお知らせします。尚、所見があった児童にはすでに結果のお知らせを配付していますのでご確認ください。
- ★ 9月の歯科健診で所見があり、むし歯の治療が済んでいない児童に、再度治療のお知らせを配付します。長期休業前にお渡ししますので、治療が終了したら学校までご提出ください。