

新型コロナウイルスに負けないぞ!



いま、自分たちにできることは何か?

「人にうつさない」 マスクをつけよう!

ポイント1

マスクをつけていても咳エチケット

マスクをつけていても、くしゃみやせきをするとうイルスは外へでてしまいます。



ひじをつかってガード!!

※手をつかっておさえたときは、手を洗います。

ポイント2

ぬのマスクはせいけつに保とう!

ぬのマスクは毎日あらって、よごれたら交換します。きれいなものを身につけます。

※マスクの表面を手で触ったら、手を必ず洗います。



いちばんの予防法

「ウイルスをなくす」手をあらおう!

ポイント1

せっけんを使って20秒洗う

せっけんを使うと、水洗いに比べて手についたウイルスをより、減らすことができます。

ポイント2

あら洗ったあとはよく乾かす

手を洗ったあと、清潔なハンカチやタオルでしっかりと手をふくことでウイルスがうつりにくくなります。ハンカチを身に付ける習慣づけが大切です。

正しい手の洗い方

手洗いの前に
・爪は短く切っておきましょう
・時計や指輪は外しておきましょう



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



手の甲をのぼすようにこすります。



指先・爪の間を念入りにこすります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗います。



手首も忘れずに洗います。

手を洗う場面

ごはんの前後



トイレのあと

マスクをさわった後

ほんなど人がたくさんさわるもの



そうじのあと

遊んだあと