

# ほけんだより 1月

令和5年1月11日  
神目小学校  
保健室



たの 楽しい冬休みがすごせただしょうか。冬休み明けて少ししんどいなという人は、  
はや「早ね・早起き・朝ごはん」にきをつけてすごしてみてくださいね。2023年ねんも神目  
しょう小のみなさんがげんき元気にすごせますように。今年もどうぞよろしくおねが願ひします。

1月の保健目標 かぜをひかないようにきをつけよう。

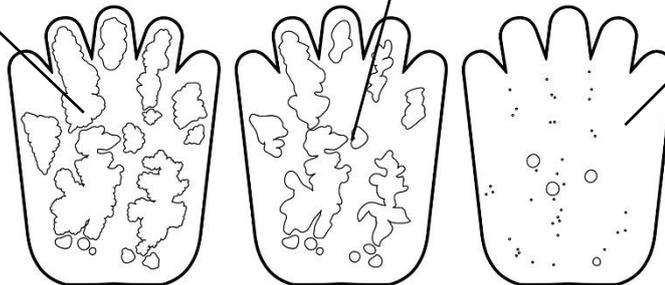
コロナウイルス感染症も  
インフルエンザも  
かぜも

## てあら たいせつ ていねいな手洗いが大切です！！

て手には、めにはみえない  
ウイルス(ばいきん)が  
たくさんついています。  
やく約100万まんこ！！

みず水だけのて手あらいで、  
まだまだたくさんのウイルスが  
のこってしまいます…。

せっけんであらったあとに  
アルコールを使うと  
ほとんどのウイルスが  
おとせます。



あらわない

みず水だけで  
てあらい

せっけんで  
てあらい



## ★1年生が手洗い実験をしました★

て手に専用せんようのクリームをぬって、いつもどおりのて手あらいをしたあと  
に、ブラックライトをあてて、どこによごれがのこっているのか  
調べました。

よごれがたくさんのこっていたのは、

①つめ ②指の間 ③手首 でした。

みなさんも、この3つにきをつけて  
て手をあらってみてくださいね！

