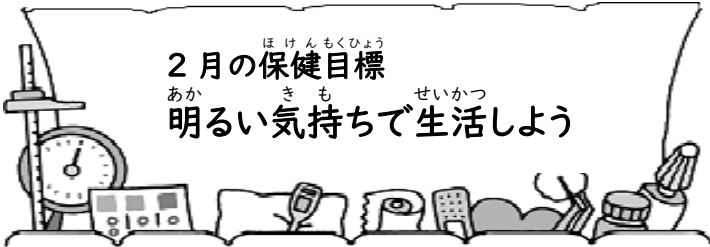


すくすく



志木市立志木第四小学校 保健室 R5,2

寒い日が続きます。天気の良い日は外に出て、お日様の光をたっぷり浴びましょう。

できているかな？

やさしくやさしく ドレミソ パ ゴ

いつもの自分を振り返って、
○をつけてみましょう。
うへう当てはまるかな？



インフルエンザ注意報

近隣の学校では、学級閉鎖も出ています。

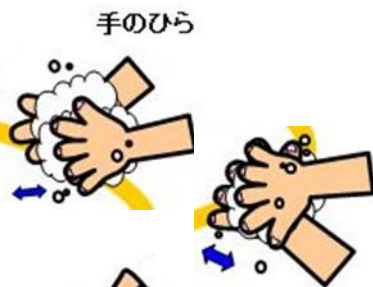
出席停止期間は、発症した(日を0日目)後5日を経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまでです。

あたたかくして、ゆっくり やすんでください。

まいにち せいかつ き
毎日の生活で気をつけてほしいこと

1 手を洗いましょう*チューリップの曲にあわせて手をあらう。

①おねがいのポーズ
~おねがい・おねがい~



②かめさんのポーズ
~かめさん・かめさん~



③おやまのポーズ
~おやまにのぼったら~



④オオカミのポーズ
~オオカミでたよ~



⑤じてんしゃのポーズ
~じてんしゃでにげよう~



⑥はいわかりましたのポーズ
~はい!わかりました~



お水で ていねいに 手首まで ながして、自分のハンカチやタオルでふきます。

しょくじ まえ あと
食事の前や後、トイレの後、
そと かえ とき
外から帰ってきた時、
みんなで使うものをさわる
つか
前や後

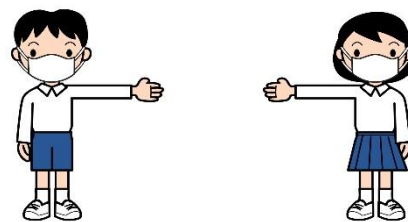
手をぬらし、せっけんをよく
あわだてて 手を洗います。



手に傷があるとひふのバリアーは
はたらかず、目に見えないよごれが
つきやすく、落とすにくくなります。
手がガサガサなときはワセリンや
クリームを使って、バリアーのはたらきを
守ってあげましょう

2 お友だちとは「思いやりの距離」ですごしましょう。

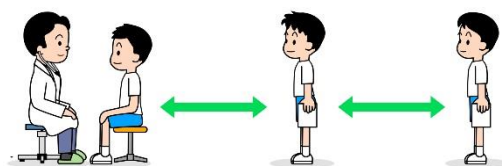
*1mくらいはなれて活動します。
おたがいに 手と手をのばして
とどかない くらいです。



よこ なら おもい やり きょり
*横に並ぶときも「思いやりの距離」

3 マスクをつけましょう。

*よごれた時用の予備マスクをランドセルや机に
1枚入れておきます。



じゅんばん ま とき おもい やり きょり
*順番を待つ時も「思いやりの距離」