2021/03/10　３月の「保健だより」は、生徒保健委員が、タブレットを用いて作成しました。
本校定時制も、積極的なＩＣＴ教育に取り組んでいます。
また、本日のＬＨＲでは、
生徒保健委員が、感染症予防について調べたことを発表しました。

▲　１年生の発表

▲　２年生の発表

保健だより 作成 保健委員 1年（　　） 令和3年3月

○ 感染症対策について

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

①手洗い　正しい手の洗い方

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

①手洗い 正しい手の洗い方

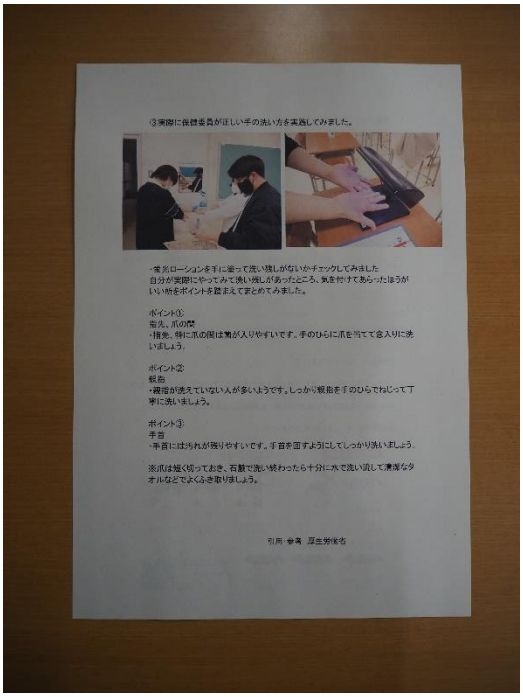
・ドアノブや電車のつり革など様々なものに触れることにより、自分の手にもウイルスが付着している可能性があります。
外出先からの帰宅時や排痘の前後、食事前などこまめに手を洗いましょう。

②咳エチケット 正しいマスクの着け方

咳エチケット　3つの咳エチケット

正しいマスクの着用

▲　１年生が作成した「保健だより」



③実際に保健委員が正しい手の洗い方を実践してみました。

・普段ローションを手に塗って洗い残しがないかチェックしてみました
自分が実際にやってみて洗い残しがあったところ、気を付けてあらったほうがいい点をポイントを踏まえてまとめてみました。

ポイント①
指先、爪の間
・指先、特に爪の間は菌が入りやすいです。手のひらに爪を当てて念入りに洗いましょう。

ポイント②
親指
・親指が洗えていない人が多いようです。しっかり親指を手のひらでねじって丁寧に洗いましょう。

ポイント③
手首
・手首には汚れが残りやすいです。手首を回すようにしてしっかり洗いましょう。

※爪は短く切っておき、石鹸で洗い終わったら十分に水で洗い流して清潔なタオルなどでよくふき取りましょう。

引用・参考　厚生労働省