



令和2年8月24日(火)  
 仙台市立馬場小学校  
 保健だより NO.7

実家庭配付

～お家の人と一緒に読みましょう～

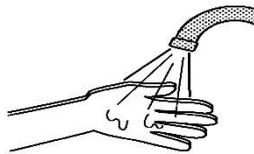
長い夏休みが終わり、学校に子供たちの笑い声が戻ってきました。残暑が続き、夏の疲れが出やすくなる時期なので、早く寝て睡眠時間をしっかり確保するなどして、体調を崩さないよう気を付けてください。また、25日から始まるがんばりカードを活用し、生活リズムを早めに学校モードへ切り替えられるよう、ご家庭でのご協力をお願いいたします。

だい かい がつ にち すい にち か  
**第2回がんばりカードは、8月25日(水)～31日(火)です!**

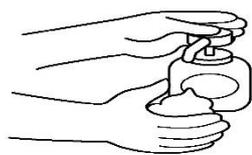
なつやす あ かんせんしょう よ ぼう つづ  
**夏休み明けも感染症予防を続けましょう**



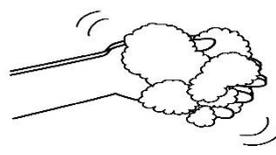
ただ て あら かつ  
**正しい手の洗い方**



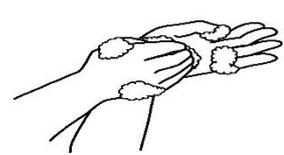
1. 手を水でぬらす。



2. 石けんをつける。



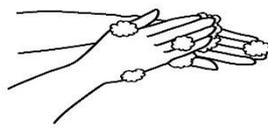
3. 手のひらを洗う。(石けんをあわ立てる)



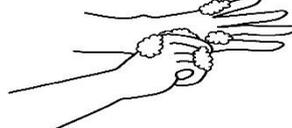
4. 指先やつめを洗う。



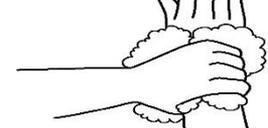
5. 指の間を洗う。



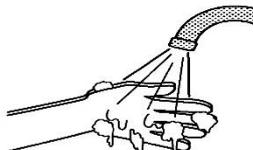
6. 手のこうを洗う。



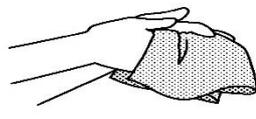
7. 親指を洗う。



8. 手首を洗う。



9. 手に付いた石けんを洗い流す。



10. 清潔なハンカチで手をふく。

みずでさっと洗っただけで、手を洗った気分になっていませんか？  
 せっけんを使ってしっかり手を洗わないと予防効果がありません。