



湯西川小中学校
保健室 No.3
令和2年6月3日

新型新型コロナウイルス感染症予防について

は 歯みがきでコロナウイルスに負けない



●歯みがきは、食べものの汚れを取るだけでなく、^{くち}口のなかにいる細菌の数を減らすことができます。

じつ 実は・・・



^{くち}口の中にある細菌は、ウイルスの活性化を促すことがわかっています。ウイルスが活性化すると病気になりやすくなるため、^{くち}口の中の細菌を減らすこと、しっかり^は歯みがきをすることは大切です。このことは、コロナウイルスにも当てはまります！



★コロナウイルス予防のために、とくに
^ね寝る前の^は歯みがきは、しっかりやろう！！

は 歯みがきするときに気を付けること



●歯みがきは感染症の予防にもなりますが、飛沫に注意しなければなりません。学校ではこんなことに注意して実施しています。

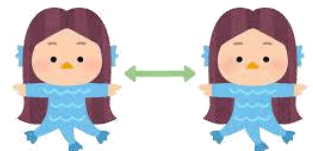
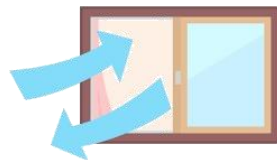
①換気をして行う。

②人との間隔をあける。

③はみがき粉を使用する場合は歯ブラシの毛先、3分の1とする。

④すすぎは「ぶくぶくうがい」で回数を少なくして行う。

⑤できるだけ飛沫を飛び散らせないように、歯みがき中やすすぎ中は気を付ける。

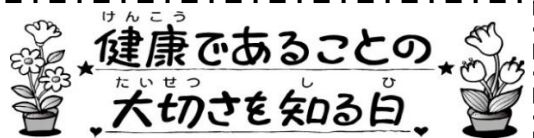


健康診断

6/4 (水): 色覚検査 (小4年の希望者)

H31 年度から、色覚検査は小学校 4 年生希望者を対象に実施することになっています。

小学校 4 年生以外でも、実施を希望する人がいましたら、いつでも実施することができますので、お知らせください。



体温計正しく使えていますか?? ☆ ☆ ☆

Q どれが正しい使い方??

体温計が向いている方向は、

① 斜め上



② 真横



③ 斜め下



④ 真下



★みなさんは体温を測るとき、どのようになっていますか?

正解は・・・

③ 斜め下です。みなさん、あっていましたか? もし違っていたら、次から正しく測定してくださいね♪



(ポイント)

- ・ 斜め下に向ける
- ・ わきの中心にあたるようにする
- ・ 軽く、うでをおさえる

まいにち 毎日、体温測定

ありがとうございます♪

