

# (ほけんだよ) 11月

R5. 11. 17  
大森第一中学校  
保健室

## ◎なぜ爪も切る = 清潔なの？



気温は11月に入っても間やらず高く、先週の音楽祭の第2部の日も真夏日で汗ばくだったために、今週は最低気温が10℃を下回る寒さです。

10~11月にかけて大流行のインフルエンザは、今やと落ちたところですが、

### しかし油断は禁物!!

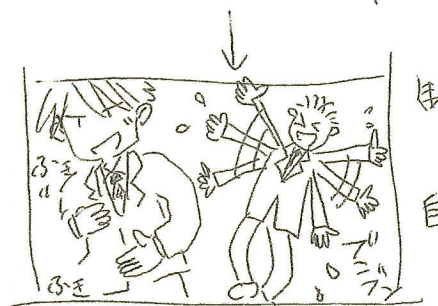
- ★ 区内では先週もインフルエンザによる学級閉鎖が出ている。
- ★ 例年コロナウイルスは年末年始付近で流行する事が多い。
- ★ 12月は感染性胃腸炎が流行しやすいです。

## ◎冬の感染症には「手洗い」が効果的!

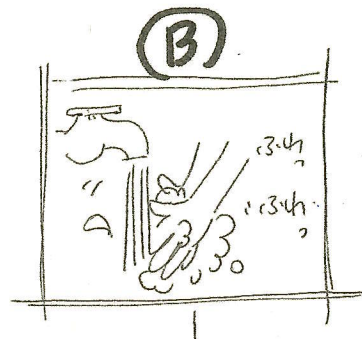
↓ど・ち・ら・が・正・しい・で・は・う・?? ↓



たった1秒ぬります。終了!!



制服が拭く!!  
or  
自然乾燥!!



ふわふわの泡でやさしく洗う → 蒸す。



フワフワハンカチで拭く。

答え = もちろん(B)です! しかし寒くなると(A)の人をたくさん見かけます。

(B)のやりかたにこだわると逆効果で、濡れた手は細菌やウイルスを乾いた手の100~1000倍うつすと言われています。

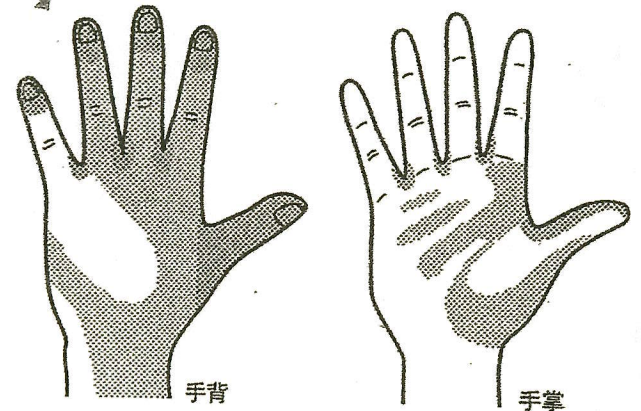
## 感染予防の基本は



爪の先ほど色が濃いので、汚れが残りやすいです。爪が長いと剥がれやすくなります。

保健給食委員は毎週火曜日「清潔検査」を実施中。ご協力よろしくお願いします。

手洗い後、汚れ残りが多いところ



色が濃い所ほど、汚れが多く残りやすいところ。

毎週日曜日は爪を切る。

## 清潔キープ!!

お財布のちがいをさげてみてね。↓答は右下



鏡の右上の斜線/一番左の水道の蛇口/真ん中の女子の肩/手前の男子の制服のボタン/右はじの女子のスカート/左から二番目の女子のハンカチ/手前の女子の制服のボタン/右はじの女子の水筒