

コロナに負けるな！



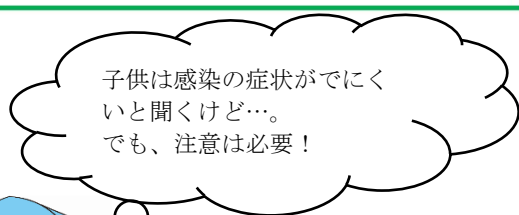
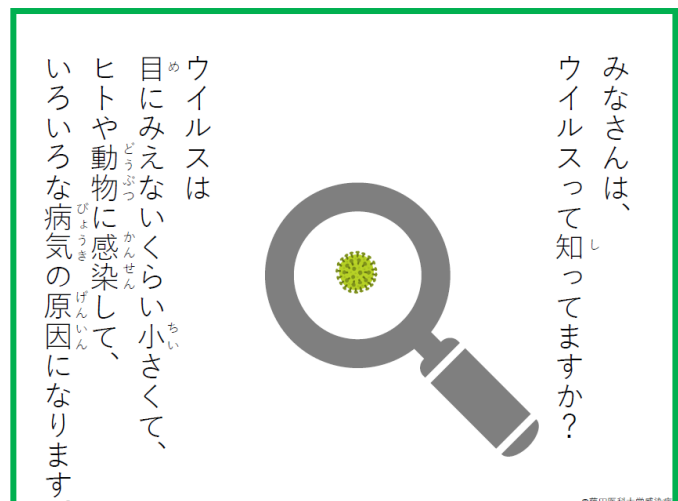
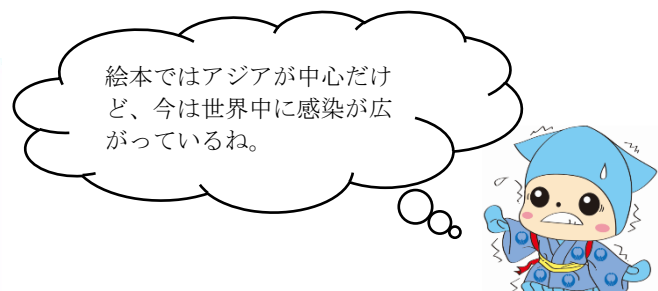
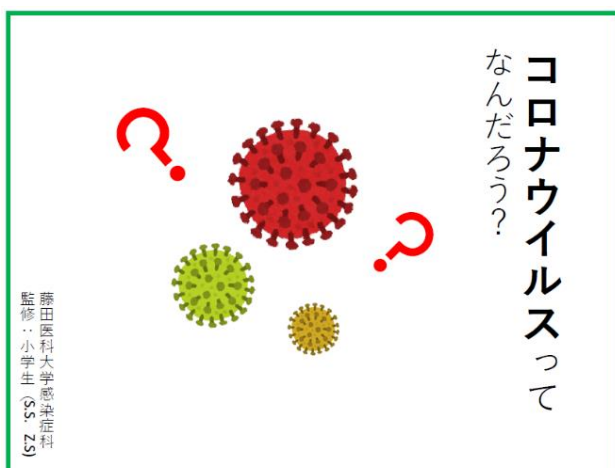
～キラリンからなめりかわの子供たちへ～

みなさん、元気になっていますか？コロナウイルス問題で、休校も長くなってきました。もしかしたら、「ちょっとくらい・・・」とゆだんしている人も多いのではないのでしょうか。今日は、あらためてコロナウイルスに負けない心と体をつくるためのポイントを伝えるよ。

その1 コロナウイルスのことをどれだけ知っていますか？

コロナに負けないために、まずは病気のことを正しく知ることが大切だよ。

藤田医科大学病院（愛知県）の感染症科が、小学生向けの絵本「**コロナウイルスってなんだろう？**」をつくりました。ぜひ、読んでみてね。





<http://www.fujita-hu.ac.jp/~microb/index.html>

その2 自分がうつらない、まわりにうつさない努力をしていますか？

元気な生活を送るためにも、一人一人が予防をし、「うつらない、うつさない→3密みつ みっぺい（密閉・

みっしゅう みっせつ密集・密接）を避ける」という気持ちを持ち、行動することを心がけよう。

自分がうつらないために

	<p>① こまめに手洗い (石けんと流水で)</p> <p>※アルコール消毒<small>しょうどく</small>も効果的。</p>		<p>② 人ごみには行かない</p> <p>※人が集まるところへ行くのは避けよう。</p>
	<p>③ こまめにかん気</p> <p>※かん気をして、空気の流れを作ろう。</p>		

まわりにうつさないために

	<p>① おうちの人と健康観察・体温測定</p> <p>※37℃以上・かぜ症状のある場合は自宅で様子を見よう。</p>		<p>② せきエチケット (マスクの着用)</p> <p>※せきやくしゃみをする時は、手や服で口をおさえよう。</p>
---	--	--	--

コロナをよせつけない強い
体づくりもわすれずに！
「早寝・早起き・朝ご飯」

がんばろう！
なめいかわの子供たち！



滑川市教育センターより