

ほけんだより

令和7年9月9日発行

吉本 和香那

石けんには、効果が100倍？！！

最近、コロナがはやっていますが、みなさんは、石けんで手洗いをしていますか？
手洗いをしていない手には、およそ100万個のばいきんがいることが分かっています。
水だけで手を洗うと、ばいきんは、およそ1万個にへりますが、
石けんで手を洗うとおよそ10個にへります。
そのため、外であそんだ後や給食前、そうじの後には、石けんで手洗いをしましょう！

めざせ！手洗いマスター！！

石けんで、今は手のどこを洗っているのか意識して、手を洗いましょう。

正しい手の洗い方

手洗いの前に

・爪は短く切っておきましょう
・時計や指輪は外しておきましょう



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



手の甲をのばすようにこすります。



指先・爪の間を念入りにこすります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗いします。



手首も忘れずに洗います。

手を洗ったあとは、流水でよく洗い流します。

そして、せいけつなハンカチなどで水分をよくふきましょう。

自己紹介

こんにちは！！
保健室の先生になるために勉強してきました「よしもと わかな」です。
わたしも通っていた西小に来ることができてとってもうれしいです。
9月22日までいるので、いっぱいみんなのお話をきかせてください。

