

5月 ほけんだより

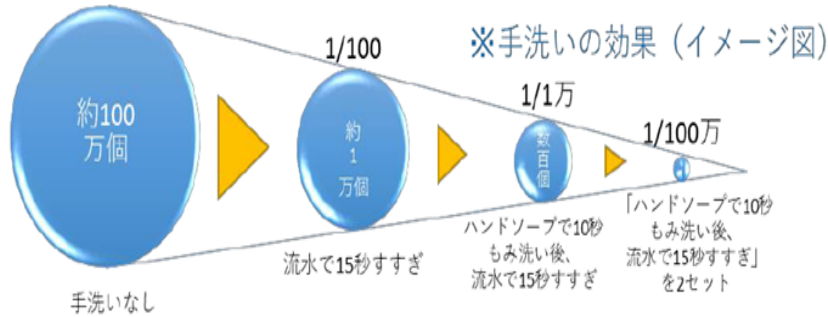
健康を守るために 手洗いはとても大切です

外から帰った後やトイレの後、食事の前後や鼻をかんだ後、動物や虫を触った後は、石けんを使った手洗いを習慣づけましょう。こどもは手で顔を触ったり手をなめたりすることが多いので、感染予防のためにこまめな手洗いが大切です。

園では支えて立てるようになってきたら手洗いの練習を始めています。ご家庭でも、2歳くらいまでは後ろに立って援助しながら、手洗いをしましょう。自分でできるようになってからも最後まできちんとできるよう声掛けしましょう。

手洗いのすすめ

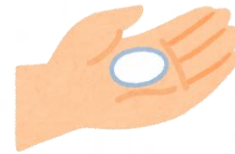
水と石けんでウイルスは減らせます！



(参考文献) 森功次他: 感染症学雑誌.80:496-500(2006)

手洗いの順序

①流水で手をぬらし、石けんをつける



②手のひらを洗う



③手の甲を洗う



④指先・爪の間を洗う (両手)



⑤指を組んで指の間を洗う



⑥親指を洗う (両手)



⑦手首を洗う (両手)



⑧流水でよく洗い流す



⑨ (園は個別やペーパー) タオルできれいに拭く

