



スマイル

保健だより
6月号②

宮内中ほけんしつ
令和2年6月10日

手洗いソング特集

給食前にかかる手洗いソングを紹介します。



給食前の手洗いTimeに 耳をすませて



「あわあわ手あらいのうた」

歌詞を聴きながら6つのポーズを覚えて、
上手に手洗い方法をマスターしよう!

手洗い方法は
いくつかあります。
自分がやりやすい方法と
見つけられると良いですね

① おねがいのポーズ

② かめさんのポーズ

③ お山のポーズ



手のひらをズリズリ!



忘れがちでは
手の甲もしっかり!



指と指の間もね!

④ おおかみのポーズ

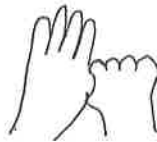
⑤ バイクのポーズ

⑥ つかまえて!のポーズ

石けんの泡で
ウイルスも
さっさと
流そう!



つめの中に潜むカビ
バイ菌も追い出そう!



親指を7つ根から
ぐりぐりと!



1を上げは手首!

♡時々、英語バージョンもかかります。「Wash Your Hands」嵐もあります。お楽しみ♡

清潔の習慣を 身に付けよう!!

■ ハンカチ、ティッシュ、汗ふきタオルは
持っていますか?

♡毎日きれいなものに取りかえよう。

■ つめはセカっていますか? きれいですか?

♡定期的に切るようにしよう。手のひら側
から見て、指のつめが"はみ出してい
たらセカり時ですよ!

これで毎日、スッキリと
気持ちよく過ごせるかも



お知らせ



尿検査の日程が決まりました。

- ・一次検査 6月29日(月)・30日(火)
- ・二次検査 7月13日(月) ※当日は登校後すぐ提出
6月26日(金)に詳しい内容のお手紙と検査キットを配ります。

学校でけがをしたら...

登下校を含めて学校生活でけがをして医療機関を受診し、相手は日本スポーツ振興センターの災害共済給付の受付対象となります。医療機関を受診した時は担任の先生や顧問の先生、養護教諭に申し出て下さい。申請期限は2年ですのでご注意ください。