

# ただ し ただ ふせ 正しく知って、正しく防ごう!

みんなの力が  
ひつようです!

## ふくおか こ いま ～福岡っ子が、今できること～

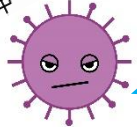


福岡小学校 保健だより臨時号② 令和2年5月7日

### 新型ウイルスってなんだろう?

ウイルスは、目に見えないほど小さくて、人や動物に感染し、いろいろな病気の原因になります。新型コロナウイルスは、昨年12月に中国で見つかった新しいウイルスです。

富山県でも  
流行中



熱・せき・くしゃみなどを  
ひきおこす、たくさんの  
ウイルスのうちの1つです。

このウイルス、「小学生」が  
にがて  
苦手なようです。  
子供が感染しても、軽い「かぜ」  
ですむことがほとんどです。



免疫力で  
やっつける

人のつば・せき・くしゃみに  
のって、人から人へうつります。  
手についたウイルスが原因で  
うつることもあります。

手で口や目を  
さわらないで



でも、お年寄りやもともと  
病気のある人がこのウイ  
ルスにかかると大変・・・

命にかかわることも・・・

ひとりひとり  
みんな  
一人一人の心がけて、  
福岡っ子みんなが元気になるよ!

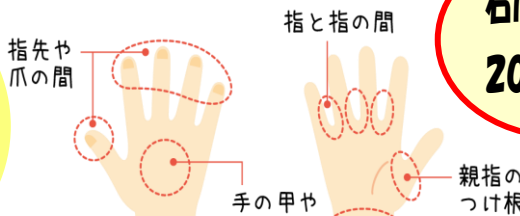
### 手洗いは1番の予防法!

手洗いは、ウイルスがうつらないための1番の予防法です。洗い残しがないように、石けんと流水でしっかりこまめに洗いましょう。手洗い後はしっかり乾燥させましょう。

#### 洗うタイミング

- ・ご飯のまえとあと
- ・遊んだあと
- ・勉強をしたあと
- ・トイレのあと
- ・外から帰ってきたあと
- ・マスクをさわったあと
- ・・・など、こまめに!

#### よごれが残しやすいところ



石けんつけて  
20秒洗おう!



アルコール消毒液も  
効果的ですよ!



手洗い後は、クリームなどで  
保湿をするといいですよ!

### せきエチケット・マスク

つばの中には、ウイルスがたくさん含まれています。せきやくしゃみがでるときは、正しい方法でマスクをつけ、ひじの内側やハンカチなどを使ってガードするようにしましょう。



マスクは毎日こうかんしょう。  
ぬの  
布マスクでも大丈夫。



マスクの表面は、ウイルスがついている  
ので、さわらないようにね!  
さわってしまった場合は、石けんを使って  
手を洗いましょう

### 正しい情報を得よう

インターネット上やうわさ話の中には、まちがった情報もあります。不安だな、と思ったときは、まずはまわりの大人に聞いてみましょう。

