


かん せん よ ぼう


ぐんまちゃんの せきエチケットで感染予防

せきエチケットってなに？

1 くしゅん くしゅん こんこん ずずっー



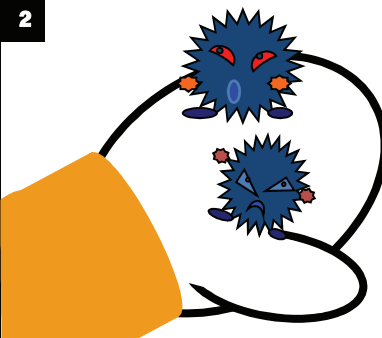
ぐんまちゃん だいじょうぶ？



(2メートル)

くしゃみ せき はなみず・・ ねつも？


2



ティッシュ どうぞ


ありがとう

3 手をあらって マスクつけて



【マスクのつけかた】


うらとおもて、上と下の むきにちゅうい (はなにあわせる)



上と下にひろげる

ギザギザは下むき

4



ぴったり！！ はなも口も かくれたよ

せきエチケットが できました

手あらいも忘れずにね

◆◆ぐんまちゃんのかいせつ◆◆



ぐんまちゃんがくしゃみをしていますね。マスクをせず、せきやくしゃみをすると、バイキンとつばが2メートルから3メートルとぶといわれています。くしゃみをするときには、まわりの人からかおをそむけたり、2メートルくらいはなれたりしましょう。



バイキンのついた手で目やはな、口などにさわるとそこからバイキンがうつってしまいます。ぐんまちゃんはいつ、どこでうつったのでしょうか？ あら・・手にはウイルスが・・・(ほんとうはとても小さいので見えません・・・)



せき・くしゃみをするときにはティッシュなどで口とはなをおさえ、まわりの人からかおをそむけましょう。つかったティッシュは、すぐにふたのついたごみばこへすてましょう。そのあとに、せっけんて手をあらいましょう。マスクをすることも、とてもよいことです。【せきエチケットといいます】



◆マスクの正しいつかいかた◆

- マスクはかみのもの
- ・1日1まいマスクを「つかいすて」
 - ・マスクをつけるまえとあとに手あらいをこころがけてね。
1. マスクのうらとおもてと上と下をよく見てマスクをもちます
 2. あごの下からはなまでマスクでおおい、かなぐりはなにあたるようになおしながらゴムひもを耳にかけます
 3. マスクとかおにすきまがないことをしらべます
- ◆はずすときもちゅういを◆
1. かたほうのゴムひもをはずします
 2. マスクのおもてにふれないようにはんたいのゴムひもをはずします
 3. マスクにはふれないようにちゅういしながら、ごみばこにすてます
 4. 手あらいをわすれずに

★せきやくしゃみなどがあ
る人は、おいしゃさまにい
くときには、かならず、マ
スクをつけましょう。
マスクを正しくつけて、バ
イキンにうつらない、うつ
さないようにしましょう。

手あらいは
うらのページ



※バイキン＝ウイルスや細菌などの病原体の総称

ぐんまちゃんの て 手あらいで感染予防 かんせんよぼう

インフルエンザやノロウイルスかんせんしょうなどのびょうきのよぼうには、手あらいをすることがたいせつです。日ごろから正しい手あらいをして、びょうきにならないようにこころがけましょう。

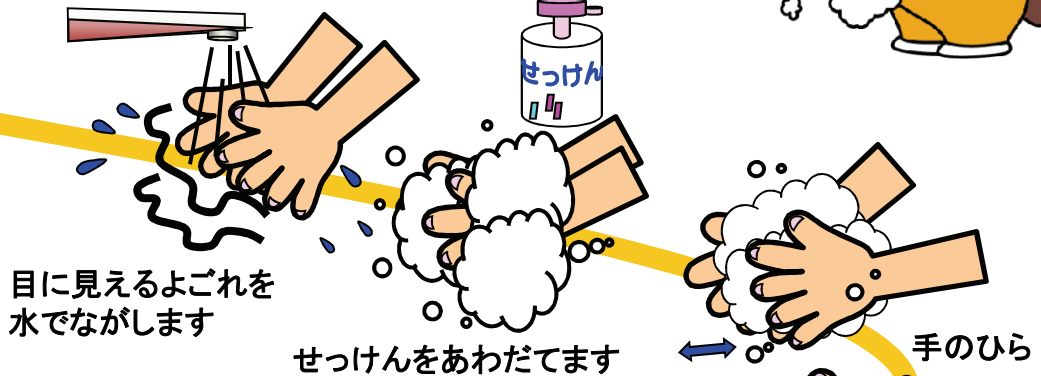
せっけんで手をあらっているときには、いちど、水をとめましょう。水をたいせつに！

せっけん と みず で て を あらいましょう 石けんと水で手を洗いましょう

1. ごはんやおやつのみえ
2. トイレのあと
3. いえにかえったとき
4. どうぶつとあそんだあと



かんせんよぼうに
手を
あらいましょう！



おやゆびからじゅんぱんに
一本ずつ

