



令和8年2月
呉市立本通小学校
保健室

2月に強い寒波が訪れ、呉市にも久しぶりに雪が積もり、子供たちも雪遊びを楽しんでいました。

ただ、日によって寒暖差も大きく、体調を崩している人が増えています。

元気っ子週間は終わりましたが、規則正しい生活を心がけ、手洗いをしっかりとしていきましょう。



【咳エチケット】

くしゃみや咳は、2メートルほど飛ぶと言われています。その中にウイルスがいたら、他の人にうつす可能性があります。咳エチケットで感染を防ぎましょう。



マスクをしよう



ハンカチやティッシュで
口や鼻を覆おう



そでで
口や鼻を覆おう



咳やくしゃみを手でおさえないでね



何もせずに
咳やくしゃみをしてはいけないよ



鼻水やたんが
ついたティッシュは
すぐに捨てよう

きれいに手を
洗おう!

