

## 「確実な手洗い」と「マスクの着用」を！

保 健 部

島根県内でも新型コロナウイルス感染症患者が確認されました。改めて、予防方法を確認し、**マスクの着用で安心せず、一人一人が確実な手洗い**を行いましょう。

- ① 予防方法の概要と手作りマスクについて ( 8 : 3 4 )  
「やってみよう 新型コロナウイルス感染症対策 みんなでできること」  
(文部科学省)  
<https://www.youtube.com/watch?v=219-OtHGje8>



※後半部分に、ハンカチとヘアゴムを使った簡易マスクの作り方です。

- ② 正しい手洗いの方法について ( 3 : 4 4 )  
「新型コロナウイルス感染症の予防 正しい手洗いの仕方」  
(江戸川区公式チャンネルえどがわ区民ニュース)  
<https://www.youtube.com/watch?v=cga88ny7dqQ>



- ・手先を濡らす程度の手洗いではなく、確実に清潔にするための手洗いをしましょう。(2回繰り返して洗うとより効果的！)
- ・毎日、清潔なハンチ、タオル、ペーパータオル等を持ってきましょう。
- ・マスクがない場合は、手作りマスクでいいので、着用して登校しましょう。