



冬休みになり 1 週間が過ぎようとしています。不規則な生活を送ってはいませんか？宿題は計画的にできていますか？

年末年始を迎える前に、みなさんには **3 つのルール**を守ってほしいと思います！

ルール1 避けよう3密

12月21日に会津若松のデイサービスセンターで集団感染（クラスター）が発生しました。集団感染（クラスター）を防ぐために **3密に気を付けて！**（不要不急の外出は控えましょう）

換気の悪い
密閉空間



多数が集まる
密集場所



近い距離での会話
密接場所



ルール2 マスク着用



飛沫感染からブロック！

ウイルスに感染している人が咳やくしゃみをする時、ウイルスが飛び散り、みなさんの口や鼻から入ってしまうかもしれません。

外出時や人と会話する時はもちろんですが、日常的にマスクを着用するようにしてね！

ルール3 正しい手洗い

手洗いVS コロナウイルス 勝つ手段は手洗い！

コロナウイルスは体に入ると増殖できますが、物の表面にくっつくだけなら時間が経つと壊れてしまいます。でも、くっつく物によって **24~72 時間くらい**、感染する力を持っています。この間にウイルスに触ると、手についたウイルスが体に入ってくる危険があります！

そこで、手洗い。

- ① 流水で洗うと、ウイルスは流れていきます。
- ② 石けんの手洗いは、コロナウイルスの表面の膜を壊して感染力を失わせるので、とても効果的です。



指先、指の間、手首、手のしわなど、ウイルスの残りやすい所を念入りに洗えば、**手洗いの完全勝利！**

1月8日に元気な姿で登校してください。

楽しみにしています！