

□月△日(×)

■ 毎日の目標 ■
うがい
手洗い

げきたいけいかく

インフルエンザ撃退計画

予防が大切

① 本人の環境をよさそうしよう。

【うがい】

【手洗い】

【十分な睡眠】

【栄養バランスのよい食事】

② 教室の環境をよさそうしよう。

【空気の入れ換え】

寒くない程度に窓をあげよう。

【湿度を保つ】

霧吹きも効果的
加湿器

【机は清潔に】

使い捨ての雑巾で1日数回
ゴミ箱

③ さみしくても今だけガマン！

【給食は前を向いて】

向かい合って食べる→×
全員前を向いて食べる→○

【休み時間は教室内で】

他のクラスとの交流避けて教室内で。

【机の間隔は広く】

【話し合い活動は避ける】

④ トイレは清潔に。

多くの児童が使用
= トイレ
= 感染場所

よく触れる場所
(例) ・トイレの取っ手
・水洗のハンドル
・水道のカラン

70%アルコール消毒