

えがお

坂出市立西庄小学校
2022年 冬休み

いよいよ今年もあと少し。寒さが増してきて、息を吐くと白くなります。冬はクリスマスに、お正月など楽しいイベントがたくさん！でも、冬を楽しみにしているのは皆さんだけではありません。そう、新型コロナウイルスやインフルエンザなどのウイルス、風邪の菌も流行しやすい冬を楽しみにしているはず。しっかり対策をして楽しい冬を過ごせるようにしましょう！

やっぱり手洗いって最強！

食パンでどれくらい菌やカビが繁殖するかを実験した様子

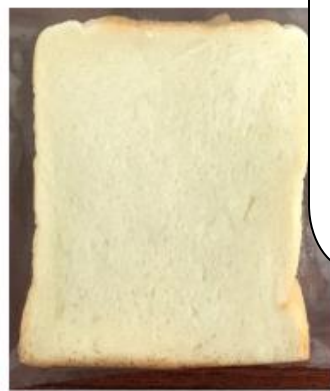
すなあと あと て
砂遊びをした後の手



みず てあら
水だけで手洗い



せっ てあら
石けんで手洗い



てあら いぶもん い
手洗い部門1位
せっ てあら
石けんで手洗い

みず
水だけで洗うより
せっ
石けんで洗った
ほう
方がキレイになりました。キレイなハンカチでふくことも大切です。

しょうどく ぶもん い
消毒部門1位

しょうどく
しっかり消毒

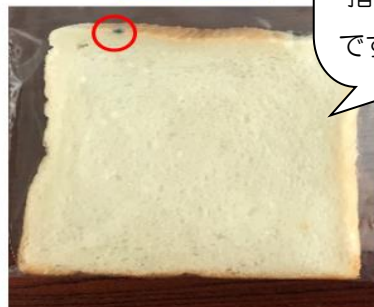
て あら
手を洗うように
ゆびさき て こう
指先や手の甲まで
ですりこみます。

それぞれの手でさわった食パンを何日か置いておくとどうなるかを実験した様子です。汚れが付いた部分はカビが生えています。手を洗わずに食事をすると考えるとゾッとしますね…。

しょうどく
てきとうに消毒



しょうどく
しっかり消毒



てあら
手洗いとアルコール消毒は 30秒以上時間をかけましょう！アルコールは最後まで押して出た量（約3mL）が正しい量です。

ふゆ やす げん き す 冬休みを元気に過ごすために

☆睡眠をしっかりとろう☆

しっかり睡眠をとることで、休みの間も生活リズムを整えることができます。毎日決めた時間に早ね早おきができるとういすね。



☆毎日、少しずつでも体を動かそう☆

外は厳しい寒さですが、軽い運動や散歩、家のお手伝いなどで意欲的に体を動かすようにしましょう。そうすると夜に自然に眠くなって、早ねにつながりますよ。

☆感染対策をしっかりとしよう☆

冬休み中も毎日体温を測って検温カードに記入しましょう。
今年は新型コロナウイルス感染症とインフルエンザの同時流行も心配されています。手洗い、マスク、換気を徹底しましょう。



今年はWithコロナで学習発表会などの学校行事が少しずつ実施できるようになった1年でした。ありがたいことに、校外学習や修学旅行に全員そろって参加できました。それは一人ひとりが感染症対策にしっかりと取り組んだことや、おうちの方の協力があつたからだと思ひます。冬休みも手洗い、マスク、換気などの感染症対策をしっかりとしましう。始業式に元気な姿を見られるのを楽しみにしています。よいお年を！

