

ほけんしター4月

～コロナにまけないぞ!号～

R2. 4. 23
 富士市立東小学校
 ほけんしつ

～おうちのかたとよみましょう～

新年度が始まり、みなさんの元気な顔を見ることができずに、休校が続いてしまいとても寂しいです。しかし、これはみなさんの健康、命を守るためのお休みです。家での過ごし方に注意して、また元気に5月に会いましょう。みなさんにお会いできるのを楽しみにしています!

つくってみよう! 手作りマスク

【材料】

1. 表布…30cm×20cm
2. 裏布…25cm×20cm
※ガーゼ、さらしなど
3. マスク用ゴム…大人35cm～、子ども25cm～
※やわらかいひもやストッキングなどでもOK

【作り方】

<p>1 型紙に合わせて布を切る</p> 	<p>2 表布と裏布を、それぞれ中表に合わせて縫う</p> 	<p>3 縫い代を削り、アイロンで押さえる</p> 	<p>4 表布と裏布を中表に合わせて上下を縫う</p> 
<p>5 縫い代の縫い目から2mm 手前のところまで切り込みを入れる</p> 	<p>6 表にひっくり返し、アイロンで押さえる</p> 	<p>7 ゴム通し口を1.5cm+1.5cmの三つ折りにし、アイロンで押さえる</p> 	<p>8 ゴム通し口の端を縫う</p> 

9 ゴム通し口にゴムを通し、顔のサイズに合わせて長さを調節する



10 完成!! 洗って繰り返し使えるよ



◎自己紹介◎

初めまして! 東小学校の養護教諭になりました 米部 希紗です。

保健室でお手伝いできることがありましたらお気軽にご相談ください。

ほのぼのとした雰囲気と自然いっぱいの地域に囲まれた東小と児童のことをたくさん知りたいです。

また、児童の心やからだで心配なことがありましたら、お気軽にご相談ください、よろしくお願ひします。



動画でもっとわかりやすく!

(富士市サイト)



新型コロナウイルス感染症のおすすめ情報サイト

新型コロナウイルス感染症は、世界中に猛威を振るい、日本でも様々な影響が出ています。根拠のない誤った情報が独り歩きし、混乱を引き起こしている例も見られます。しかし、一人ひとりが白ごころから科学的根拠に基づいた情報に接しておくことで、不正確な情報を見極めることも可能になります。新型コロナウイルスに関する正確な情報をわかりやすく、掲載されているインターネット上のサイトをまとめてみました。ぜひ、ご覧ください。



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)

新型コロナウイルス感染症市民向け
感染予防ハンドブック(東北医科薬科大学病院)

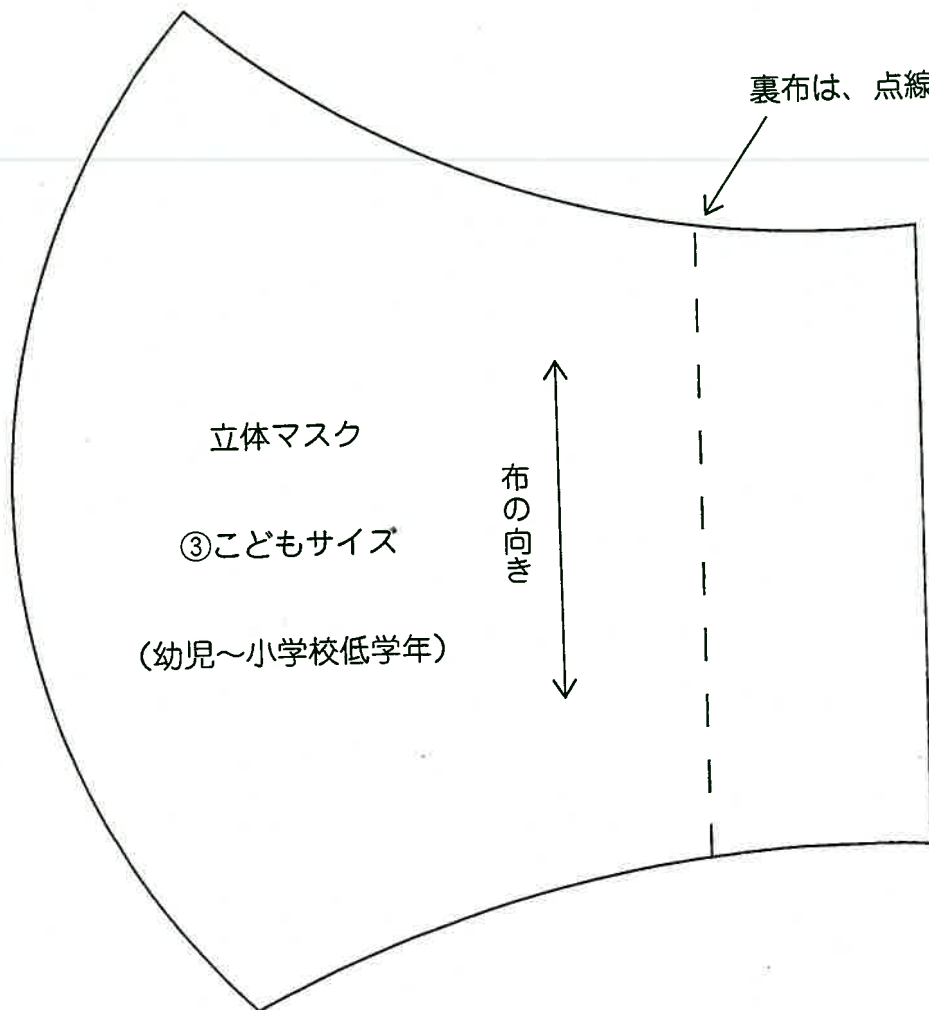


コロナウイルスってなんだろう？
(藤田医科大学)

立体マスク型紙

① こどもサイズ(幼児～小学校低学年)

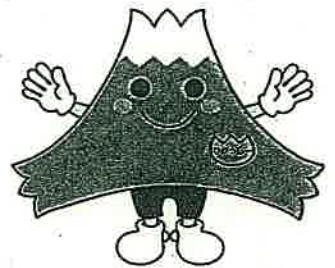
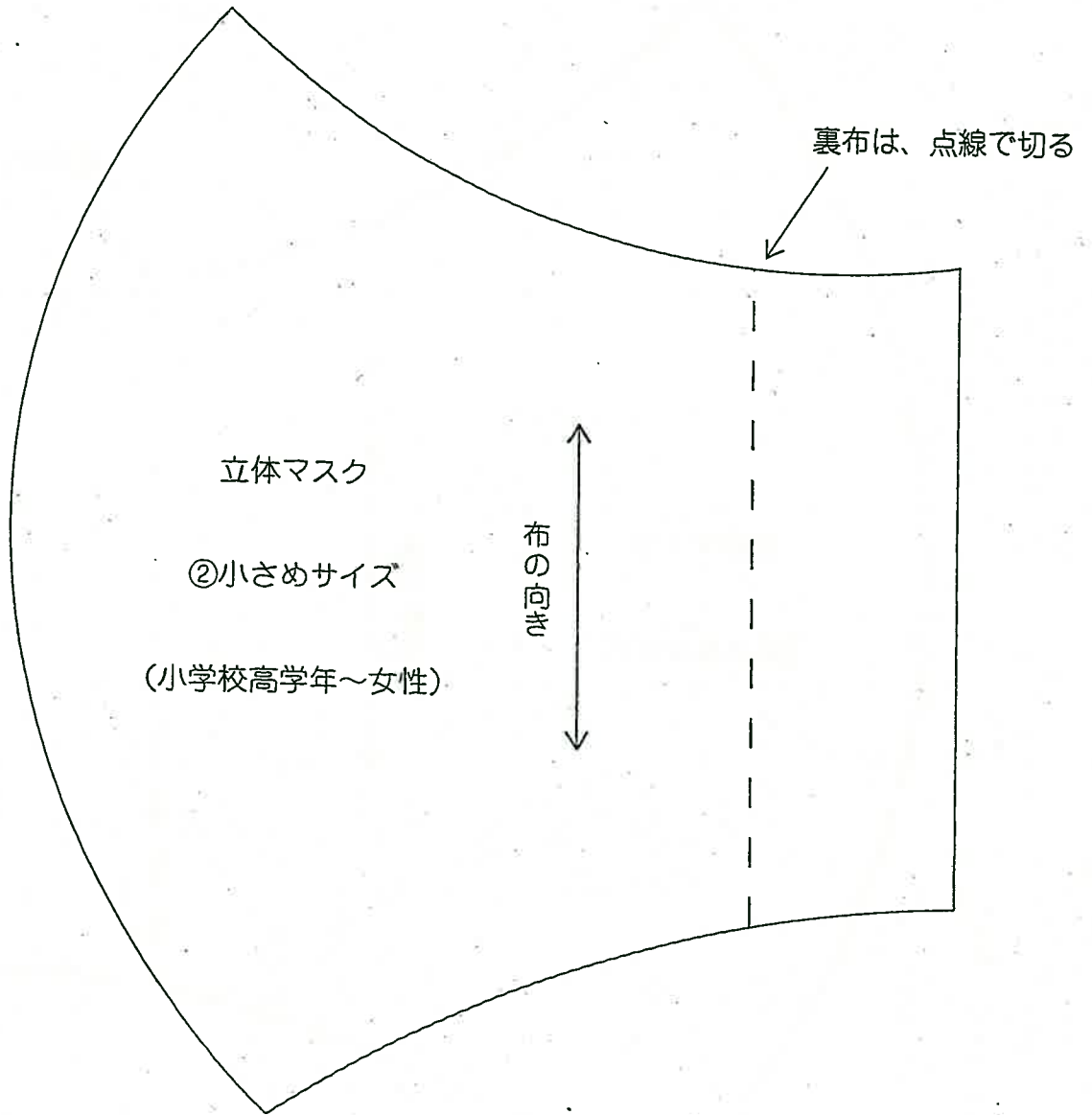
※縫い代1cmを含んでいます。



立体マスク型紙

②小さめサイズ(小学校高学年～女性)

※縫い代1 cmを含んでいます。



立体マスク型紙

③大人サイズ

※縫い代1cmを含んでいます。

