



# ほけんだより 5月号

とみやまこども園 令和2年5月1日



世界中で新型コロナウイルスが流行し、日本でも緊急事態宣言が発令されています。園でも今まで以上に子ども達の細やかな健康状態の変化に気が付くようにしていきたいと思います。

## 3つの密を避けましょう！

新型コロナウイルスの流行で、多数の都道府県では新型コロナウイルスによるクラスター（集団）の発生がみられています。クラスター（集団）を予防するためには、下記の3つの条件がそろう場所を避ける必要があります。

### ① 換気の悪い密閉空間

風の流れができるよう、2方向の窓を、1回、数分間程度、全開にしましょう。換気回数は毎時2回以上確保しましょう。扇風機や換気扇を併用して工夫すれば、換気の効果はさらに上がります。

### ② 多数が集まる密集場所

他の人とは互いに手を伸ばして届かない十分な距離（2メートル以上）を取りましょう。

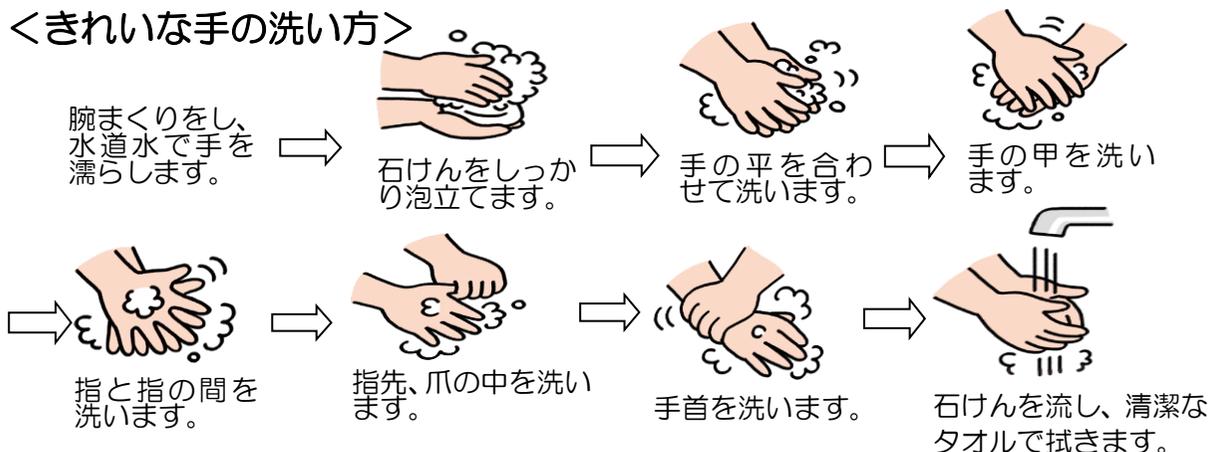
### ③ 間近で会話や発声をする密接場所

対面での会議や面談が避けられない場合には、十分な距離を保ち、マスクを着用しましょう。

## 手洗いをしましょう

手洗いは、感染症の予防にとってとても重要です。外遊びの後、トイレの後、食事の前にはしっかり手を洗う習慣を付けましょう。手洗いの習慣が身に付くように、ご家庭でも、取り組んでください。

### <きれいな手の洗い方>



※手洗いは、30秒（ハッピーバースデーの歌を2回）くらいすると効果的だと言われています。

