お元気ですか？看護師です

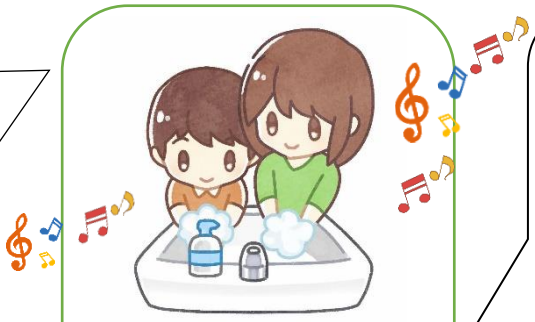
こちらは、区ホームページ「就学前のお役立ち情報」でご覧いただけます↓

５月になり環境にもだいぶ慣れ、それぞれのペースで過ごせるようになってきたことと思います。子どもたちが健やかに元気いっぱいに過ごせるよう、保健衛生に関する情報を「お元気ですか？看護師です」でお知らせします。どうぞよろしくお願いいたします。

感染予防の基本！石けんでの手洗い！

手指についたウイルスや細菌を取り除くには、石けんを使って流水での手洗いが、一番効果的です。ウエットティッシュや消毒液刷り込み式の方法は簡易式に使用するには便利ですが、手指のすみずみまでの清潔は不十分になりがちです。感染源になるウイルスや細菌を取り込まない様に、外出後・食事の直前・トイレの直後などに石けんでの手洗いを習慣にしましょう。

流水→石けん→流水の手順で丁寧な手洗いは６０秒位かかります。**「手洗い歌」**などを歌いながら親子で楽しく洗いましょう。



親子で一緒に石けんでの手洗いをしましょう。

「手洗い歌」はいっぱいあります！「あわあわハンドソープ」の歌や「きらきら星」など好きな歌に合わせて、楽しく石けんでの手洗いをしましょう。

事故防止①　自転車・車での事故に注意！

☆今年度は事故防止について７回シリーズでお伝えします。

自転車・車での事故には走行中と乗り降り時の事故があります。それぞれ注意をして事故やケガの無いようにしましょう。

自転車での送迎時は、大人も子どもも安全のためヘルメットをかぶりましょう。また、子どもが乗った自転車の転倒事故があります。**子どもを乗せたまま自転車から離れない**ようにしましょう。

【車中の事故防止】
◎毎回子どもを乗せる時にチャイルドシートの装着点検を行いましょう。
◎窓やドアの開閉時の手や足などの挟み込みに十分注意しましょう。
◎車への置き去りは決してしないようにしましょう。

【車外での事故防止】
◎乗り降り時に子どもから目を離さない様にしましょう。
◎駐車場などでの他の車の動きに注意しましょう。

交通ルールを守り、安全運転をしましょう。

令和７年度も区民は自転車用ヘルメット購入時、２０００円の助成金があります。詳しくは、**「足立区ホームページ 自転車ヘルメット助成金」**でご確認ください。