



ほけんだより 4月



浦安南高校保健室

5月の花を咲かせるのは??



こんな英語のことわざを知っていますか??

April showers bring May flowers.

(4月の雨が5月の花を咲かせる)

「つらいことがあっても、きっと後でいいことがあるよ。」と教えてくれる言葉です。

新型コロナウイルス感染症が世界中で広がっています

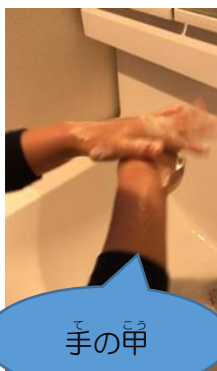
情報が錯綜し、不安な日々が続きますが、こんな時こそ、情報に惑わされず、自分にできることはなにか、考えて行動してくださいね。

2回歌うと30秒・・・

4月の登校した日に、ていねいな「手洗い」をすることで、ウイルスが除去できることを話しました。

“石けんを泡立ててから30秒”の手洗いをやっていますか?? 指先、指の付け根、手の甲、爪などは洗い残しが多く見られます。

“ハッピーバースデー手洗い”を実践してくださいね。



手の甲



指の付け根



指先も忘れずに



手首も

よく流そう

決まった時間に起きる

朝ごはんを食べよう

