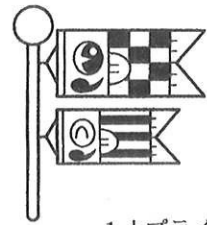


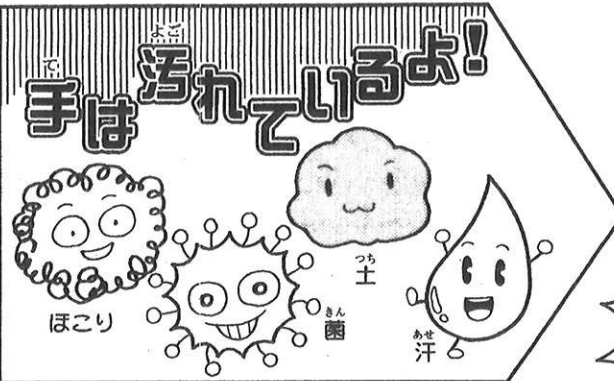


給食たより



1小プライド

い・た・だ・き・ま・す



きれいに手を洗おう!!



石けんをよく泡立てて、手のひらや手の甲をしっかりと洗います。忘れがちな指と指の間、つめ、手首もよく洗って、水で洗い流します!

手洗い行動チェック!

あてはまるものに印をつけてみよう!



手を洗うのはめんどうだから水でちょっとぬらすだけ

ハンカチを持っていないので手をふったり洋服でふいているよ

つめはのばしたまま



石けんは使うけど手のひらをこするだけでおしまい

友だちとよくハンカチの貸し借りをするよ



チェックが多かった人は、手洗いの基本がきちんとできていません。石けんを使って洗い残しが無いようよく洗い、きれいなハンカチやタオルでふくように心がけましょう。

手あらいの効果

- おなかがいたくなったり、食中毒になるのをふせぎます。
- かぜの菌がつくのをふせぎます。
- よごれを落とし、きれいな手にしてくれます。



朝ごはんを食べよう! 朝ごはんの効果

脳にエネルギーをおくるよ!

たいおん 体温があがるよ!

からだげんきに活動します。



ちよう腸をしげきして、うんちがでやすくなるよ!