

いわにし元気通信

岩西小学校保健室
No. 10
R4年2月

大寒を過ぎ寒い日が続いています。体温が低下すると、免疫力も低下しやすくなります。冬の感染症に負けないように、しっかり手洗いをしましょう。



食パンを使った手洗い実験をしました！

クリニックセイフティ委員会で、11月に手洗い実験をしました。

- (1) 全員で草取りをして手を汚れた状態にする。 (2) それぞれの洗い方で手を洗う。



- ① 汚れたまま
- ② 水だけで洗う
- ③ 石けんで洗った後、アルコール消毒する

- (3) 食パンにさわって、袋をとじる。

- (4) 食パンの変化を比べる。



☆ 結果 ☆

※実験から13日経過したときの写真



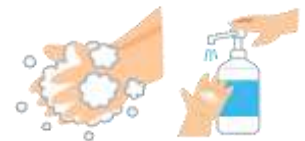
手でさわっていない
食パン



汚れた手で
さわった食パン



水だけで洗った手
でさわった食パン



石けんで洗う＋
アルコール消毒した
手でさわった食パン





だい かいがっこうほけんいいんかい 第2回学校保健委員会 (1月25日)

だい かいがっこうほけんいいんかい
第2回学校保健委員会では、クリニックセイフティ委員会が、
てあら じっけん けっかをテレビほうそうではっぴょうしました。教室でテレビ
をみている子どもたちも真剣に発表を聞いていました。



バイキンが残っている手で食パンをさわると、
だんだんカビが生えてしまいます。水だけで手を
あらった場合も、カビが生えてきていました。この
結果から、石けんを使っていないに手を洗うこ
とがとても大切なことがわかります。さらにアル
コール消毒をすることで、バイキンの数をより
少なくすることができます。

しょうどく だいじょうぶ アルコール消毒すれば大丈夫 ・・・ではありません！

アルコール消毒のみの
手でさわった食パン



右の写真は、手を汚したあとにアルコール消毒だけした手でさわった
食パンです。アルコール消毒は、バイキンの数を少なくしてくれますが、
完全になくすることはできません。

バイキンを最も減らすことができるのは、石けんを使った手洗いです。



●●●●●●●●●● ●●●●●●●●●● ●●●●●●●●●● ●●●●●●●●●● ちから ことばには力があります

人にいやなことを言うと、言われた人はもちろん傷つきます。でも、結果的に「言った自分自身
を傷つけている」ことに気づいていますか？例えば「なんだ、こんなこともできないのか、バカじゃん」
と言ってしまったあと、「いやなことを言ったかな」「なんであんなこと言ったのだろう」と、心の中
ではチクチクと自分の心に針が刺さっていて、少しずつ自分を傷つけていくようです。

反対に、嬉しいことを言うと、相手が笑顔になって、自分も幸せな気持ちになります。相手を笑顔
にできた自分を好きになれるんです。



ほかにもどんな
うれしいことばが
あるかな？