

うしさん NEWS

2016, 12, 8
保体委員会
3-4, 2-4, 1-4
No. 258

今回は、かぜ特集です。
かぜ予防にかかせない内容です。
しっかり読んでかぜに負けない
よう、すごしてください。

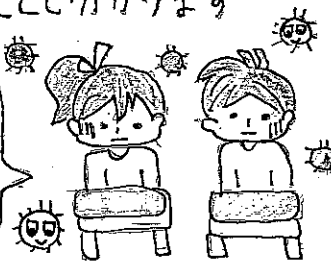
かぜ予防クイズ

かぜやインフルエンザは、目に見えないウイルスが体に入ることによって分かります

Q ウイルスはどこに
たくさんいるでしょう

① 空気中 ② 土の中 ③ 水の中

A ①、②、③
人がたくさん
いる所にウイルスも
たくさんいます。教室
の中にもたくさんのウイ
ルスが飛んでいる



Q ウイルスはどこから
体に入ってくるでしょう

① 鼻 ② 口 ③ 目

A ①、②、③
ウイルスを鼻や口から一緒
に吸ったり手にもウイルス
がつくので目をかいたり
してもウイルスが体に入ります



Q 飛んでいるウイルス
から自分を守る方法
は何でしょう

① うがい ② 手洗い ③ マスク

A ①、②、③
「うがい」「手洗い」「マスク」を
して鼻や口、目からウイルスが
入るのを防ぎます。「マスク」
をするのと「うがい」が湿ったのとが
痛くならにくくなります



マスクでかぜを予防しよう

かぜ対策にマスクが活躍する季節になりました。みなさん、正しいつけ方
ができていますか？ せっかくマスクをつけているのに、正しいつけ方をし
ていないと、かぜのウイルスの侵入を防ぐ効果はありません。

下のまちがったマスクのつけ方を見て、自分のマスクのつけ方を見直してみ
ましょう！

ちょっと待った！ そのマスクのつけ方、まちがってますよ！！

・口だけマスク

鼻が見えです。これでウ
イルスは防げません。あごが
でていると、ウイルスが入っ
てくるすき間を作ってしまう
ます。

・逆さマスク

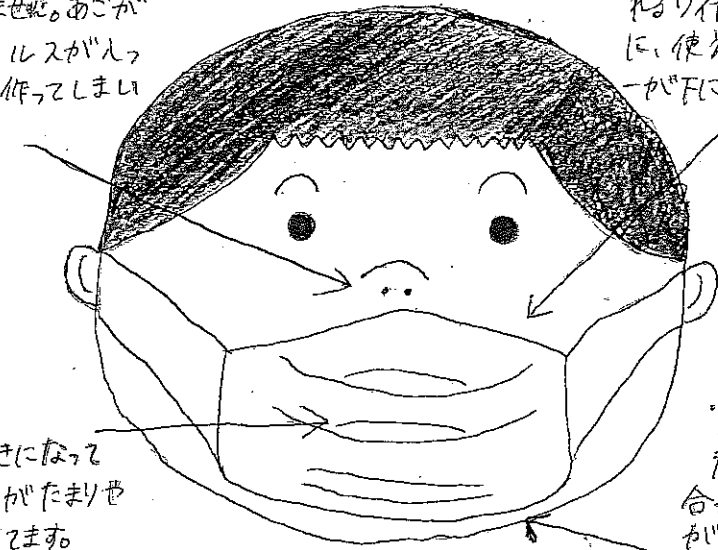
せっかく鼻の形に合わせら
れるワイヤーが入っているの
に、使えていません。ワイ
ヤーが下になってます。

・表マスク

フリーズが逆向きになっ
てしまっていて、ほりかたまり
すい状態になっています。

・すき間マスク

顔とマスクのサイズが
合っていない。ウイルス
がすき間から入ってしま
います。



正しいマスクのつけ方ポイント

- ① マスクのフリーズをしっかりとばし
鼻、口、あごを完全におおひ顔
との間にすき間ができないよう
につける。
- ② 耳にかけるひもがきつすぎない
ものを選ぶ。

いろいろあるマスクを紹介

かぜ予防に欠かせないマスクには、いろい
ろな種類があります。自分に合ったマスクを探
してみましょう。

- ・小顔マスク：あごのラインに沿って作られて
小顔に見える！
- ・柄マスク：ピンク、青など色や模様がある
マスクで気分もGOOD 😊 (学校では白)