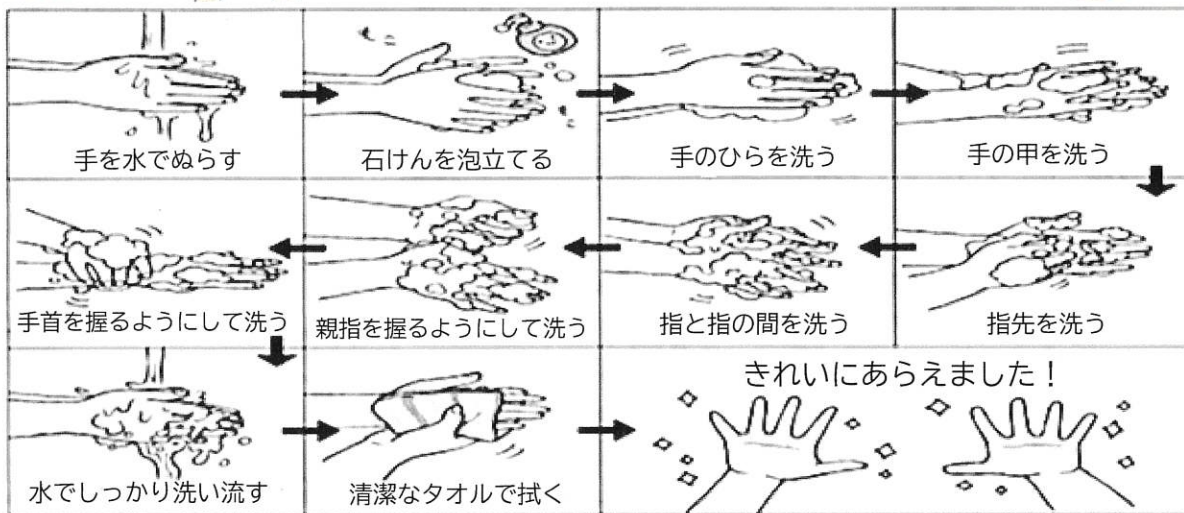


# 9がつのほけんだより

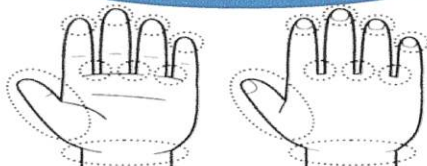


令和5年度 9月 江上保育園 ほけんだより

## 正しい手洗いを身につけよう



### 洗い残しの多いところ



手洗いで大切なのは汚れやウイルス、細菌などをしっかりと洗い流すことです。手はさまざまなものを触るので、目には見えないウイルスや細菌がついていることがあります。ウイルスなどを別のところにつけないように、石けんを使って、ていねいに手を洗い、水で泡をよく洗い流します。

指と指の間や、指先と爪、親指や手首などは、洗い残しやすいところなので、特に注意しましょう。

### どうして爪を切るの???



### 爪を切りましょう



爪が伸びていると友達に爪が触れた時に、傷付けてしまうことがあります。

物に爪を引っかけて、爪が割れてしまうことがあります。

足の爪が伸びていると、爪が剥がれてしまうことがあります。

伸びた爪の中に汚れやばい菌が入ってしまいます。

### 爪の切り方

爪を切る時は、爪が水分を含んで柔らかくなっている入浴後が適しています。一週間に1回は爪のチェックをお願いします。切り過ぎないのがポイントです。

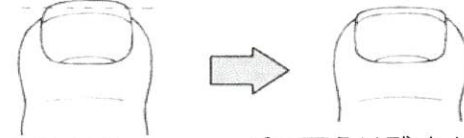
手



爪のカーブにそって、白い部分を少し残して切ります。

爪やすりなどで切り口を滑らかにします。

足



白い部分を残して、まっすぐに切ります。

爪の両角は残すようにし、爪やすりを使って、切り口を滑らかにします。