

かんせん よぼう 感染を予防するために何ができる？

かんせん よぼう ◎感染予防ってなあに？

いろいろな病気の原因となるウイルスは、目に見えないくらい小さくて、つばやせき、くしゃみによって、人から人へとうつる(=感染する)ことがあります。自分の体が元気で、手についたウイルスが原因で広がることがあるので、注意が必要です。つまり、「感染予防」とは、自分への感染を防ぐことと、ほかの人へ感染を広めないことをいいます。給食時にはどのようなことに気をつければよいのか、考えてみましょう。

きゅうしょく まえ ◎給食の前にできることは？

て あら ◎手をよく洗う

手についたウイルスを洗って落とすことで、食事といっしょにウイルスを口に入れないようにします。また、給食当番の場合は、給食にウイルスがつかないようにする意味もあります。



きゅうしょくとうばん はく い ◎給食当番は白衣とぼうし、マスクをつける



給食当番は、白衣とぼうし、マスクをつけてお仕事をします。白衣とぼうしは、かみの毛やゴミ、ほこり、ウイルスなどが給食に落ちないようにするために着替えます。マスクは、つばやせき、くしゃみといっしょにウイルスがとびちるのを防ぎます。

はく い ◎白衣をつけたまま〇〇しない

きれいな白衣に着替えたのに、そのままトイレへ行ったり、外へ遊びに行ったりしてはいけません。トイレに行きたいときは、一度全部脱いでトイレをすませ、手を洗ってからもう一度着替えましょう。



く あい わる ◎臭いが悪いのにがまんしない

臭いが悪いときは、がまんしないで、給食も給食当番もお休みして、先生に伝えましょう。



きゅうしょく じ かんちゅう ◎給食時間中にできることは？

まえ む た ◎前を向いて食べる

給食時間は、机を黒板の方へ向けて食べましょう。班ごとに向かい合わせにすると、食べているとき、つばといっしょにまわりの人にウイルスがとんでしまうかもしれないからです。



くち た ◎口をとじて食べる

給食は、よくかんで、口をとじて食べましょう。どんな味がするかな？どんな材料が使われているのかな？と考えながら、給食をおいしく味わってほしいと思います。



とも ◎お友だちとおかずの交かんなどをしない



給食時間中にお友だちのじゃまをしたり、お友だちの給食にさわるのはやめましょう。自分のつばがついたおはしやスプーンでおかずを交かんしたり、自分の給食を食べてもらうこともやめましょう。

きゅうしょく のこ た ◎給食を残さず食べる

給食は、病気に負けない強い体をつくるため、栄養たっぷりになるように考えて作っています。ですから、みなさんが給食を残さず食べることで、ウイルスも逃げていくような元気な体をつくることができます。



★給食は楽しく食べると心の栄養にもなります。楽しく食べるために、どんなことができるか考えてみましょう。

(例：準備を早くしてゆっくり食べられるようにする／黒板にみんなの絵をはって鑑賞しながら食べる)