

# すこやか

平成26年9月16日  
越生中学校 保健室

## 清潔なハンカチを 持ってこよう！

保健委員が毎朝「清潔なハンカチを持ってきているか」チェックを行い、ハンカチチェック表に記入しています。しかし、ほぼ毎日ハンカチを持って来ていない人やクラスの大半がハンカチを持って来ていないところがあります。なぜきれいなハンカチを持ってこようべきなのか、もう知っている人も多いと思いますが今回のすこやかでお知らせします。よく読んで毎日清潔なハンカチを持ってこようようにしてください。

### 1. きれいに洗った手が台無し！！

トイレの後や、給食の前など、石けんを使ってしっかり手洗いできている人をよく見かけますが、その後手をはらって自然乾燥させている人、ハーフパンツで水気をふきとっている人もいます。せっかく手をきれいに洗い、ウイルスを減らしても自然乾燥や洋服でふいてしまったら、また汚染されてしまいます。清潔なハンカチでふくところまでが正しい手洗いの仕方です。



### 2. ハンカチも汚くなる



ただハンカチでふけばいいのではありません。「清潔な」ハンカチであるかが重要です。ハンカチは1日使用すると濡れ、細菌やウイルスは水分を好み増えるので、1日使ったハンカチを次の日も使うとバイ菌だらけのハンカチで逆に手を汚してしまいます。そのため、1日使ったハンカチは必ず洗い、乾かし、清潔なハンカチを使いましょう。

これから、冬場に向けてインフルエンザやノロウイルス等の感染症の流行が考えられます。感染症の予防として手洗い・うがいはとても重要です。清潔なハンカチを持参し、感染症予防を行いましょう。

保健室前の廊下にむし歯についての掲示物を作成したので、通るときは見てくださいね。  
むし歯がある人は早く治しましょう。治療が終わった人は「治療報告書」の提出をお願いします。