

# 担任外

みなさん元気に過ごしていますか？先生たちは元気です。健康に過ごすために、手洗いもしっかりおこなっていますよ。

## 正しい手の洗い方

☆詳しい手の洗い方は、彦郷小 HP、「健康・安全、携帯&スマホの「手洗い・マスクの着用をしよう」」をご覧ください。



## 手洗いのうた

きらきら星のうたを替え歌にして、20秒間しっかり洗ってみよう！

①てのひら ごしごし  
(きらきら ひかる)

②てのこう なでなで  
(おそらの ほしよ)

③つめをこちょこちょ  
(まばたきしては)



④ゆびのあいだも  
(みんなを みてる)

⑤おやゆび ぐりぐり  
(きらきら ひかる)

⑥てくびで おしまい  
(おそらの ほしよ)

手洗いを行うこと、そして、久しぶりの学校生活をしっかりと送れるように今から自分の生活リズムについても見直していきましょう。

最後は清潔なハンカチでふこう

