

Keep In Good Health

6月号 保健委員会
3-1 都留・3-7 濱田

<手洗いの時間と回数による効果>

手洗いの方法	残存ウイルス数(残存率)
1.手洗いなし	約 1,000,000 個
2.流水で 15 秒 手洗い	約 10,000 個(約 1%)
3.石鹸で 10 秒~30 秒 もみ洗い後、流水で 15 秒 すすぎ	数百個(約 0.01%)
4.石鹸で 60 秒 もみ洗い後、流水で 15 秒 すすぎ	数十個(約 0.001%)
5.石鹸で 10 秒 もみ洗い後、流水で 15 秒 すすぎ×2	数個(約 0.0001%)

◁◁大切！！



たった1分の手洗いをするだけで手洗い前と比べてウイルスが激減します。
風邪にかからず元気に過ごせるよう、みなさんも手洗いをしましょう！！



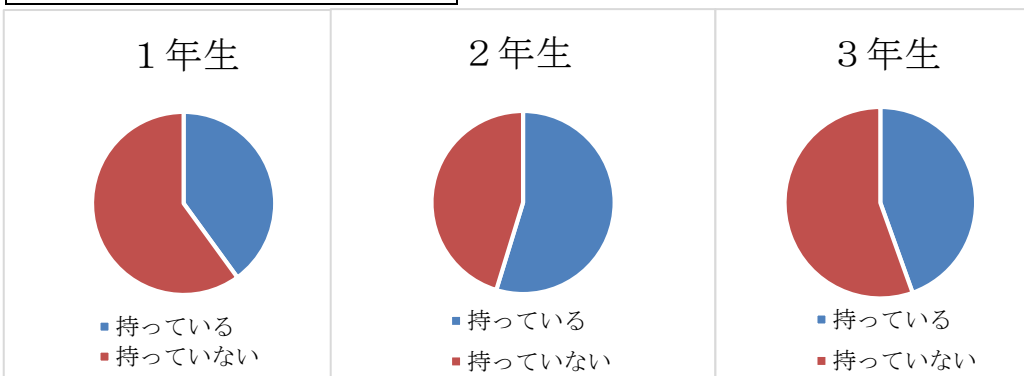
<いつ手を洗うのか>

- 用便後
 - 公衆トイレ使用后
 - 帰宅後
 - 嘔吐物を処理したり接触したりした後
 - 調理前および調理中の必要時
 - 食事前
- etc... 参考資料：厚生労働省 HP

Keep In Good Health ~番外編~

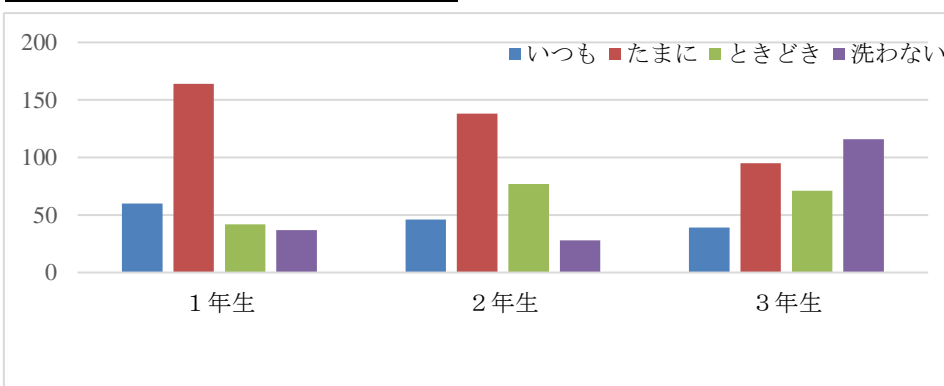
保健委員が実施したアンケート結果を発表します！

和国生ハンドタオル所持率



1年生、3年生はハンドタオルを持ってきていない人が半数を超えていました。
2年生も持ってきている人は半数を超えていましたが、決して多いとは言えない状況でした。

和国生手洗い状況 (昼食)



3年生に関しては洗わないという回答が多い衝撃的な結果となりました。手洗いに関しては1年生が一番良い結果とはなりましたが、全体的に洗わない傾向にあるようです。

アンケートへのご協力ありがとうございました。

KIGHを通して、少しでも手洗いへの意識が変わってくれたならば幸いです。



KIGH5月号「朝ごはん」の訂正

たんぱく質 → アミノ酸の結合体
万能栄養素
炭水化物 → ぶどう糖のみ
脳のエネルギー源
ビタミンB群 → エネルギーをつくる
ために欠かせない。

先月号の訂正です！
よろしく
お願いします☆