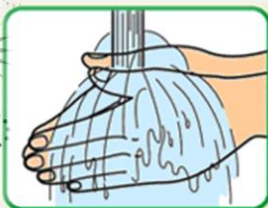


インフルエンザの季節 到~来~!!!

ついに上士幌町でもインフルエンザ感染者がでました！65歳以上の方は重症化しやすいと言われています。手洗い・うがいの徹底で防ぎましょう！

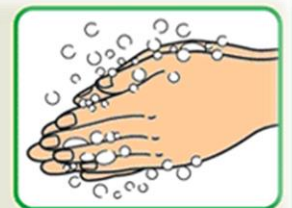
ご協力をお願いします！



1 まず手指を流水でぬらす



2 石けん液を適量手の平に受け取る



3 手の平と手の平を擦り合わせよく泡立てる



4 手の甲をもう片方の手の平でもみ洗う(両手)



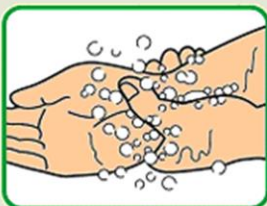
5 指を組んで両手の指の間をもみ洗う



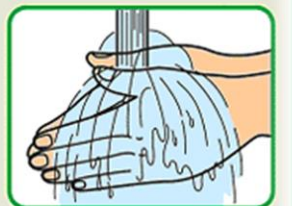
6 親指をもう片方の手で包みもみ洗う(両手)



7 指先をもう片方の手の平でもみ洗う(両手)



8 両手首までていねいにもみ洗う



9 流水でよくすすぐ

指と指の間や爪は

洗い残しが多い部分！

しっかりと洗いましょう！

11月のバスレク 菊まつい



大きな菊素敵でした！

今年最後の行事！忘年会！

下記の日程ではじまります！

盛り上がりましょう~(^o^)

11/29(火)・12/1(木)・12/3(土)

12/5(月)・12/7(水)・12/9(金)