

健康教育教材紹介

～咳エチケット編～

指導のポイント

- 咳やくしゃみをするとウイルスは約 2m 飛沫することを理解してもらう
- 咳やくしゃみをするときは人に向かってしない
- 咳やくしゃみをするときはティッシュで、間に合わないときは袖で口と鼻を覆う
- 手で口や鼻を覆ったときは、すぐに手を洗う
- 咳が出るときは、できるだけマスクを使用する
- 食事やお昼寝の時にマスクを外すときは、個別に袋に入れる等、工夫をする

教材例

ばい菌飛沫模型



ばい菌飛沫模型の作り方

- ① ばい菌の絵を描いて割り箸で持ち手を作る
- ② 2mに切ったリボンやテープを割り箸につける

使い方

説明者が咳やくしゃみをしたと仮定して、どこまでの範囲にウイルスが飛んでくる可能性があるかその距離感を実感してもらう

飛沫ポスター

