

# げんきに すごそう!

しんがた<sup>ころなういるす</sup>コロナウイルスを よぼうしながら、ともだちや かそくと げんきに すごそう!  
どんな ことに きを つけたら いいかな?

## ひとに おかっ て くしゃみや せきを しな い

くしゃみや せきは  
ひとの いない  
ほうに おかっ て  
しょう。ハンカチや  
ティッシュで はなや  
くちを おさえても いいね。  
「せきエチケット」を まもろう。



## てを あらう

ごはんを たべる まえ、  
トイレの あと、  
そこから  
かえったら、  
せっけんで  
よく てを  
あらおう。



## お おきな こえで しゃべらない

ふつうの こえで  
おしゃべりしよう。  
みんなが そうすれば、  
ともだちの こえは  
ちゃんと きこえるよ。



## か おき さわらない

めや はなや くちを  
さわらないように  
しよう。



こんな ことも  
とっても だいじだよ

### よく ねる

はやね はやおきを  
しよう。



### よく たべる

いろいろな ものを  
たべよう。



### よく あそぶ

げんきに あそぼう。



### 先生・おうちのかたへ

幼児が生活の中で取り組める  
感染予防を掲載しています。  
園や家庭でお役立てください。

ワンダーの  
ホームページ

マイワンダーにおそびにきてね! <https://mywonder.jp>

当社 HP「マイワンダー」では、ダウンロードして楽しめるぬりえやおうちでも楽しめる  
体操動画などのコンテンツを紹介しています。ぜひ、ご家庭や園でご活用ください。

- ぬりえ / 絵本『てごぼこホットケーキ』ぬりえ
- 体操 / ふんどししめて横綱! 『ひろみち & たにぞうの天晴れ運動会!』より
- 早口言葉 / 『健康ボイストレーナー赤間裕子先生といっしょに』早口ことば名人に挑戦!

