

みにほけんしどう
ミニ保健指導♪

かんき ぽいんと 換気のポイント

ねりま くりつひかり おかしき かおりしょうがっこう
練馬区立光が丘四季の香小学校

かんき
換気をするとき、なにに気を
よ
つけたら良いのでしょうか？



かんき ぽいんと
換気のポイントは3つ！

かいう
★回数

じかん
★時間

くうき とお みち
★空気の通り道

それぞれくわしい内容は
ないよう
くいず
クイズにしました。
かんが
考えてみましょう♪



もん かんき かいすう なんかい よ
だい1問, 換気の回数は何回くらいすると良い?

じかん いったい
①さいてい 1時間に一回くらい

あさ いったい ひる いったい よる いったい
②朝に一回、昼に一回、夜に一回ずつ

じかん いったい
③2時間に一回くらい



せいかいは……①の「さいてい^{じかん}に1回^{かい}くらい」!

だい2問、一回^{もん}の換気^{いっかい}は、どれ^{かんき}くらいの時間^{じかん}すると良い^よ?

①1～3分^{ぷん}くらい

②5～10分^{ぷん}くらい

③30秒^{びょう}でよい



せいかいは……②の「5～10分^{ぶん}くらい」!

だい 3問^{もん}, まどは、どのように^あ開けておく^よと良い?

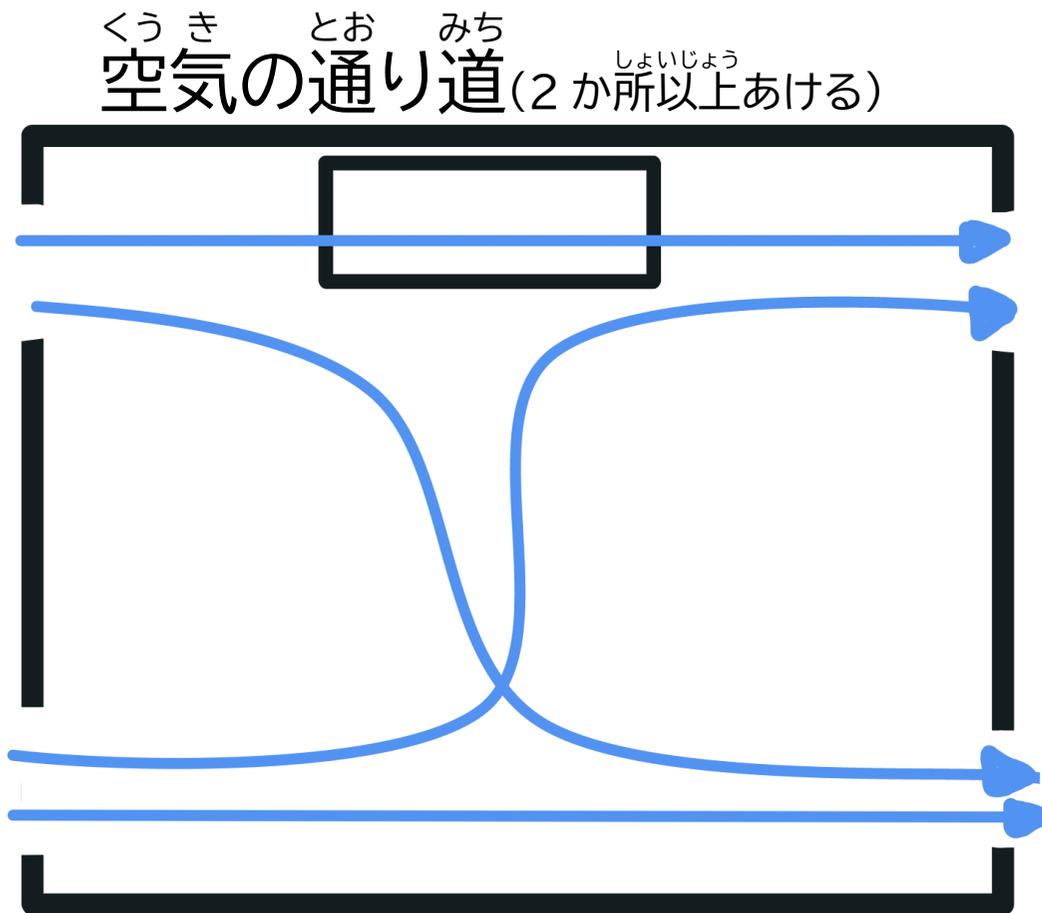


①ひとつのまどだけをあけておく。

②まどをあけたら、^{はんたいがわ}反対側・^{ななめ}ななめの^{ほうこう}方向にあるまど・^{どあ}ドアもあけて、^{くうき}空気の^{でい}出入り口^{ぐち}をつくる。

③まどを1cmくらいあけて、^{はんたいがわ}反対側のまど・^{どあ}ドアはしめておく。

せいかいは……②の「^{はんたいがわ}まどをあけたら、^{ほうこう}反対側・ななめの方向に
ある^{どあ}まど・ドアもあけて、^{くうき}空気の^{でい}出入り口をつくる」でした！



^{がっこう} 学校では……

^{じゆぎようちゆう} 授業中は ^{ひだり} 左の ^ず 図のように
^{くうき} 空気が通るようにあけておくと
よいです。

^{やす} 休み時間には、^{じかん} まども ^{どあ} ドアも
^{ぜんぶ} 全部あけておけると ^{りそう} 理想てきで
す。

^{かんき} 換気の ^{ぽいんと} ポイント、おぼえられたかな??

かんき 換気のこうか

・みんなが呼吸をして、はいた空気を外の新鮮な空気と入れかえる。

・空気中の細菌やウイルスなどを外に追い出す。



かんき ぽいんと
換気のポイントをまとめると、

『さいてい 1時間に一回、5～10分間、反対側・ななめの方向に
あるまど・ドアもあけて、空気の出入り口をつくる』です。

かんき ぽいんと じぶん
換気のポイント、自分でもやってみましょう♪

