

3月になりました。

あと1週間で3月になるという今、原稿を書いています。

我が家の庭の梅の花が満開です。

1週間くらい前から、薄緑の野鳥が飛んできて

梅の花の蜜を吸っているのを見ました。

偶然にもよい写真が撮れました。

メジロです。春を告げる鳥と親しまれています。

連日、新型コロナウイルス感染症の事が報道されています。

こんな時期なので、ほっとした気分になりました。



参考にしてください

メジロは...

ツバキや梅、桜など冬から春にかけて咲く木の花の蜜を好み、花粉を運んでくれる鳥です。

メジロの名前の由来となった目の周りの白い縁取りが大きな特徴です。

ウグイス色ともいわれる美しい黄緑色の体色、クチバシ下から胸元にかけて黄色、
胸から腹は白い羽毛に包まれています。

寒い所が嫌らしく、北日本では、10～11月に南へ移動し、
その際、数十羽から数百羽の大群で海を越えます。

今回は、「首相官邸ホームページ」の

「一人ひとりができる新型コロナウイルス感染症対策は？」を参考にし、
正しい手洗い、マスクの着用を記載しました。

新型コロナウイルスに対しては、**過剰に心配することなく、**

今、私たちは、

「手洗い」や「マスクの着用」などの**感染症対策**を厳守しましょう。



1 手洗い

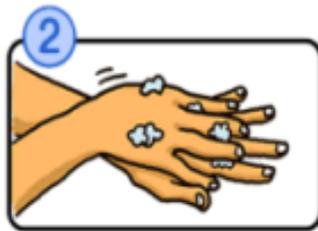
ドアノブや電車のつり革など様々なものに触れることにより、自分の手にもウイルスが付着している可能性があります。

外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などこまめに手を洗います。

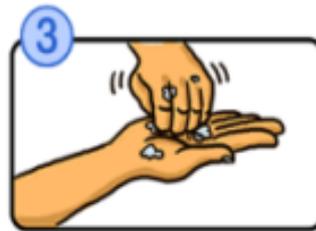
正しい手の洗い方



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



手の甲をのぼすようにこすります。



指先・爪の間を念入りにこすります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗います。



手首も忘れずに洗います。

手洗いの前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

(イラスト：政府広報オンライン)

2 正しいマスクの着用



鼻と口の両方を
確実に覆う



ゴムひもを耳にかける



隙間がないよう
鼻まで覆う

(イラスト：政府広報オンライン)

(厚生労働省)

春のかわいいイラストみつめました 目の保養にいかがですか??



もうすぐ春ですネ

私の写真の方がいいかな・・・