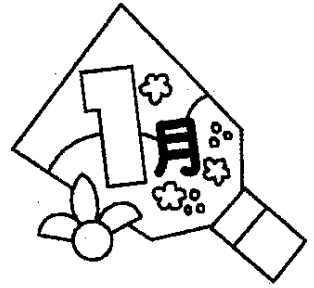
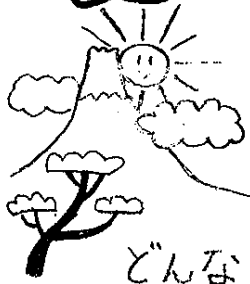


ほけんだより



平成28年 1月6日



あけまして

おめでとうございます

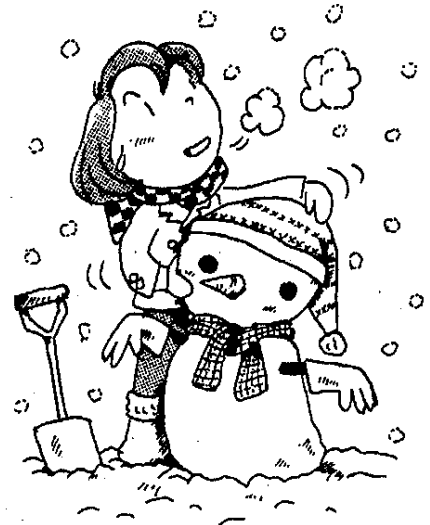


どんな冬休みをすごしましたか？

まだまだ寒い日が続きます。インフルエンザやかぜにかからないように自分でできる予防法を心がけよう。

みなさんにとって健康で笑顔いっぱいな

1年間になりますように 😊



1月の保健目標

寒さに負けない

体をつくろう！



クイズ

Q1 外から帰ったら手を洗うのはなぜ？

- ① 冷たい水でウイルスをこすりため
- ② 水でウイルスをあらうながすため
- ③ きれいな手にはウイルスがつかないようにするため

Q2 かぜをひくとどうして「ねっ」がでるの？

- ① からだがあたたまるようにするため
- ② ウイルスの力を弱めるため
- ③ 外にあそびに行けなくするため

1がつの保健行事

7日(木)	身体測定	6年
8日(金)	身体測定	5年
12日(火)	身体測定	4年
13日(水)	身体測定	3年
14日(木)	身体測定	2年
15日(金)	身体測定	1年

★ 体着服で測定します。あすれないようにしましょう！

★ かみの毛をくくる時は上やうしろではおすばないようにしよう！

★ 測定と一緒に「つめの検査」をします。きちんと切るように

しましょう ☺



インフルエンザやかぜの予防ポイント！

- 自分のために
- バランスの良い食事
 - 外から帰った時や食べる前に「手洗い」がよい
 - こまめに かんき
 - たっぴり 可愛いみん
 - 予防接種 (インフルエンザ予防)

まわりの人のために

もし、かぜやインフルエンザにかかってしまった時は、まわりの人にうつさないようにしよう！

- マスクをする。
- かぜの症状がひどいときやインフルエンザにかかったときは、なおりますまで「学校」を休む。
- ハンカチやタオルのかけかきをしない。
- 人ごみをさける
- 「かかったかな？」とおもったら、すぐにびょういんでおたもう。

38度以上の熱がでたら、インフルエンザの可能性が!!

すぐに病院でみてもらい、「インフルエンザ」と診断されたら、すぐに学校へ

お知らせ!!

お家の「か」に書いてもらう「インフルエンザによる欠席届」という書類があります。登校できるようにしたら、その書類をもってきたらいいね ☺