

ほけんだより 2月

2017. 2. 1

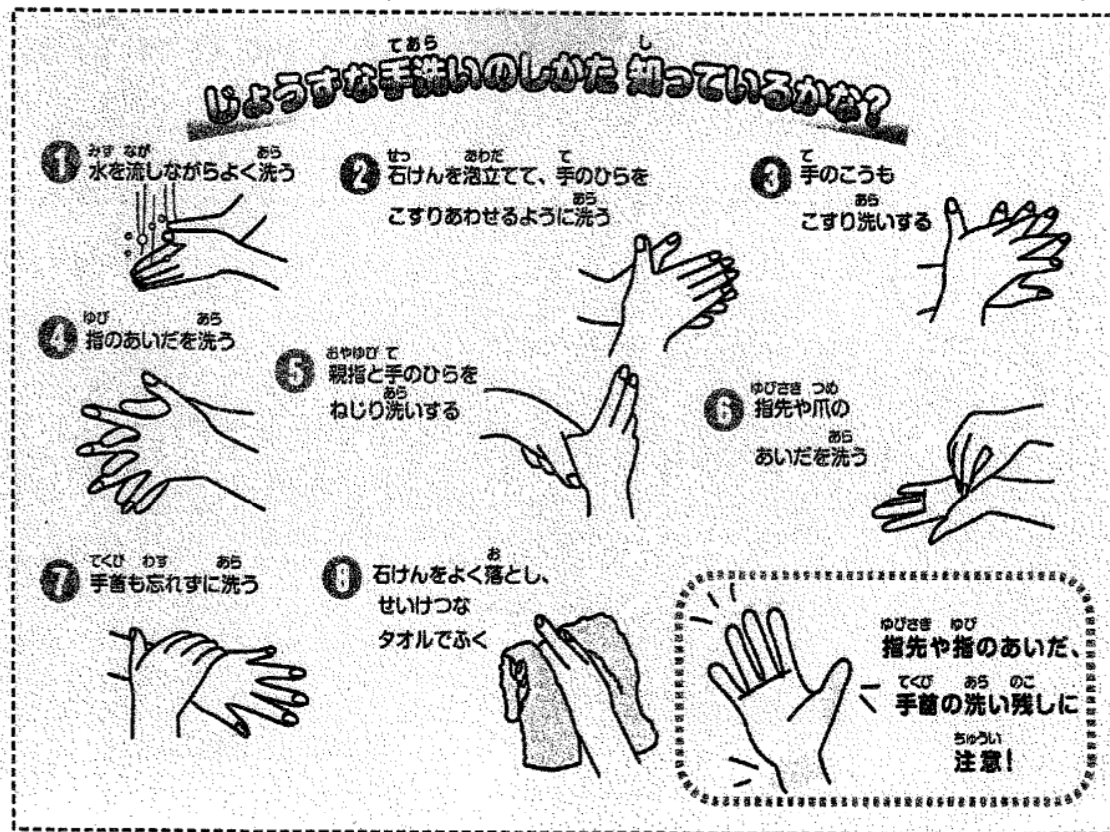
西和佐小学校 保健室
冬の乾燥したこの時期に注意しておきたい感染症には、

インフルエンザやノロウイルスがあります。

感染を防ぐために、日ごろから体調を整えておきましょう。

とくに、「ていねいな手あい」は予防にとっても効果的です。

食事の前や外から帰った後など、こまめに手を洗いましょう！



タバコは百害あって一利なし

1月19日に3年生と6年生を対象に、船橋クリニックの船橋先生による禁煙教育が行われました。

☆ タバコに含まれる有害な物質

ニコチン ... 血の流れを悪くし、胃や腸が荒れるもととなります。

タール ... ガンのもとになるヤニです。

一酸化炭素 ... 血の中にある酸素の流れを悪くします。

☆ タバコの悪い影響

- ・ 運動をすると、すぐに息切れする。
- ・ 脳に悪い影響がある（記憶力や学習意欲が低下する）
- ・ ガンになりやすくなる
- ・ ニコチン中毒になる（タバコがやめられなくなる）
- ・ 身長が伸びにくくなる。

たばこをすすめられてもゼッタイに吸わないで！！



2月のほけん行事

8日(木) 学校保健委員会

2限目(9:50~10:35)

本館3階 夕目的室

学校眼科医の田村学先生が「目の病気について」を演題にお話していただく予定です。保護者の方々も、ぜひご参加ください。お待ちしております！！