

ほけんだより 1月

たの 楽しむにしていた 冬の休みも 終わりに、3学期スタートです。ひきつづき、インフルエンザや 感染性

胃腸炎に注意して、「てあらひ・うがい・かんき」をこまめに行ってくださいね。きれいなハン

カチを持つことも忘れずに。元気な体で、持久走大会・長縄大会をのりこえてください!

新しい年を
元気に
過ごすために

こんなことにちゅーい!

Aさん 時間がなから 朝ごはんを食べずに…

いってきまーす

ちゅーい!

体も脳もエネルギーが足りていないよ。早起きして朝ごはんを毎日食べよう。

Bくん 外から帰ってきたよ。手洗いせずに…

いただきまーす

ちゅーい!

手についたウイルスが体の中に入ってしまうかも。外から帰ったとき、おやつやごはんを食べる前は手を洗おう。

Cさん 好きなものしか 食べないよ

ごはんの時間。でも…

ちゅーい!

好き嫌いで栄養がかたよると、体の免疫力が下がるかもしれないよ。病気のもとになることもあるよ。

Dくん まだ寝ないよ

もうこんな時間。でも、見たいテレビがあるから…

ちゅーい!

夜ふかしをしていると、骨や筋肉をつくる成長ホルモンがしっかり出なくなるよ。免疫力も下がってしまうよ。

自分のため、ひとのために・・・

みんながトイレをきれいに使おう!

自分がつかうときやそうじをするとき

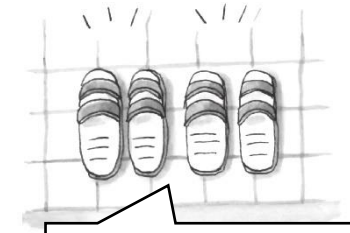
「きれいなトイレ」と「汚れているトイレ」どっちがいいですか??



つかったあとは
自分がよごしていないか
かくにんしてから
トイレを出よう!



よごしてしまったら
トイレットペーパーなど
でふきとろう! うまくで
きなかったら、こっそり
先生に教えてね。そのま
まは知らんぷりはX



さいごにスリッパを
そろえたら かんぺき☆



保護者の皆様

本年も、子どもたちが健康に学校生活を過ごすことができるよう、尽力していきたいと思っておりますので、どうぞよろしくお願ひいたします。

●学校でも励行しておりますが、ご家庭でも手洗い・うがい、早寝・早起きの声かけをお願いします。また、感染性胃腸炎やインフルエンザなどの感染症に罹った場合、治癒後の登校の際には意見書が必要となりますので、必ず学校にご連絡ください。

●8日に配布しました持久走前内科健診アンケートのご提出ありがとうございます。アンケートにも記載しておりますが、日程の都合上、健診の20日(月)まで日があいてしまいます。現在、「咳がひどい」等の気になる症状がある場合は、健診を待たずにご家庭より受診していただき、主治医に相談されますようお願いいたします。