# のびのび

長久手小学校 保健室 令和6年1月



#### あけまして

### おめでとうございます!

新しい1年がスタートしました。 冬休みは楽しく過ごせましたか?生活リズムがまだ冬休みモードの人は、規則正しい生活習慣に戻してくださいね。

ことし、げんき、けんこう、す 今年も元気に健康に過ごしましょう!



## 1背の保健管標 びょうき よほう うつる病気を予防しよう!









**海 热 ② 滋 米 潔** 



量やのどの粘膜の下には、「線毛」と呼ばれる小さな毛のようなものがびっしりと生えています。 鼻や口から入ったウイルスは、粘膜でキャッチされ、線毛によって体の外へ 運び出されます。

ところが、空気が乾燥している客に水分補給を忘れると、粘膜が乾き、線毛がうまく動けなくなってしまいます。すると、ウイルスが体の中に入り込み、カゼをひきやすくなってしまうのです。



るゆ すいぶんぽきゅう わす 冬も水分補給を忘れず、しっかりカゼ予防!

ゕゟせんしょうたいさく 感染症対策は「ま・ガヽ・し・て」!



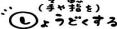






マスクをつける

かんきをする



(事を洗う

#### · · \* \* おうちの方へ \* \* · ·

冬休みが終わりました。お子さんは、元気に始業式の日を迎えられましたでしょうか。 健康上で何かご心配なことがありましたら、お気軽に保健室へご相談いただけたらと思います。

3学期もよろしくお願いいたします!

#### ●身体測定●

3学期の身体測定を1月10日から1月23日の期間で実施します。結果を健康手帳に記入してお子さんにお渡ししますので、お子さんの成長の記録をご確認ください。また、1・2・4・5年生のお子さんは、健康手帳の裏表紙にある保護者サイン欄へサインか押印の上、担任までご提出をお願いします。なお、3・6年生のお子さんは提出の必要はありません。ご家庭で保管してください。

#### ●2年生いのちの授業●

2/6(火)に助産師の家城絹代先生と、元養護教諭の石橋千代美先生をお招きして、 命の授業を行います。2限2の3、3限2の1、4限2の2で実施予定です。参観を希望される方は、担任までお申し出ください。

# まちがいさがしの

**7つのまちがいを さがそう!** 

