

ほけんだより2月

令和6年2月1日
針尾小学校 ほけんしつ
※おうちの人とよみましょう。

2月3日は節分。「おには一外」「ふくは一内」の元気なかけ声とともにたくさんの豆が飛び交います。でも空気中を飛んでいるのは豆だけじゃありません。目には見えなくても、インフルエンザやかぜのウイルスそろそろ花粉も飛び始めます。まだまだ油断せず、規則正しい生活をこころがけましょう。



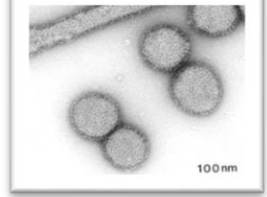
こんなところのほけんだより...

- ドアノブ
- 手すり
- トイレの水洗レバー
- 蛇口
- つり革
- 便座
- タッチパネル



さわった後は
石けんで手を洗い、
ウイルスを落としましょう

インフルエンザウイルス



市内でAもBも流行中！
一度かかった人も気をつけ
ましょう。マスク着用
の協力をお願いします。

くしゃみのしぶきは2メートル飛ぶ!?



くしゃみの飛沫にはウイルスなどの病原菌が含まれていることがあるため、周囲に飛沫がかからないようにしましょう。

- くちもと □元をティッシュやおお腕などで覆う
- マスクをつける



室内のウイルス対策

2つのかん

こまめにしよう！
かんき

閉め切った部屋ではウイルスが空気中にただよるので、ときどき窓を開けて外へ追い出そう。

気をつけよう！
かんそう

空気が乾燥しているとウイルスが広がりやすくなります。乾燥を防ぐために加湿器の活用を。

●6年生の保護者のみなさまへ●
二種混合（ジフテリア・破傷風）予防接種はお済みですか？
11歳、12歳の児童は、二種混合の接種対象となっています。
13歳の誕生日前日までに受けると無料になります。まだ受けられていない場合は、健康状態など安全に接種可能であることを確認の上、お早めに接種されますようお願いいたします。

こころの 中の なまけ鬼を 追い出そう！

みんなのこころの中にある悪～いなまけ鬼。どの豆を投げて退治すればいいかな？ 線をたどってみよう。



ねむいねむい鬼

朝、家を出る
ギリギリまで
寝ているんだって。

パッチリ豆

たまにはゲーム・スマホなしで
過ごして目に休息を！



授業中ぼんやり鬼

どうやら朝ごはんを
食べていないみたい。

パクパク豆

スキライせず何でも食べて
健康な体をつくる！



だらだら鬼

家の中で
ゴロゴロしながら
本を読んだり、
テレビを見たり…。

のびのび豆

外で遊んで
じょうぶな体をつくる！



野菜キライ鬼

好きなものを
好きなだけ
食べているよ。

グーグー
スツキリ豆

朝すっきり起きるには、
早めに寝ることから！



やめられない鬼

ゲームやスマホが
大好きで、
気づいたら何時間も…。

もぐもぐ豆

朝ごはんを脳の
エネルギーチャージ！