



れいわ
令和6年12月2日(月)
ふもとしょうがっこう ほけんしつ
府本小学校 保健室

今年も残すところあと1ヶ月を切りました。寒くなってきてかぜをひく人も増えています。手洗い・マスク・衣服の調節・規則正しい生活などをして、かぜやインフルエンザを予防していきましょう。けがや病気に気をつけて、楽しい冬休みをむかえられるようにしましょう。

12

がつ
月の
ほけんもくひょう
保健目標

ふゆ げんき
冬を元気にすごそう



～サンタクロースの落とし物～



12月25日は、みんなが待ちに待っているクリスマスです♪ほしいものはもう決まりましたか？サンタさんがクリスマスに間に合うよう、一生けん命プレゼントを運んでいます。だけど大変！あわてんぼうのサンタさんが、みんなへの「冬を元気に過ごすための大切なプレゼント」を落としちゃったようです！言葉をつなげて、サンタさんにとどけてあげましょう！



すべて集めることができましたか？見つけきれないという人は、同じような箱の文字をつなげてみましょう♪冬を元気に過ごすために大切な6つのことが書いてありますよ。



ほけんいいんかい はっぴょう

保健委員会の発表がありました

11/19(火)の児童集会で保健委員会から「歯」についての発表をしました。むし歯や歯みがきの仕方についてのクイズを出して府本小のみなさんに歯の健康について伝えました。毎日ていねいな歯みがき、がんばりましょう♪また、むし歯の治りようにまだ行っていない人は、早めに行きましょう。



現在の治りよう率
80%
(あと3人が治りよう
終わっていません)

この手洗い、どこがダメ?

A<ん



すぐに済ませるために水だけで洗うよ。

10秒くらい手のひらをゴシゴシすれば汚れはきれいに落ちるんだ。洗い終わったら、服でふくと楽だよ。

ココがダメ!

水だけ

石けんを使わないと、十分に汚れが落ちないよ

ココがダメ!

時間

正しい手洗いには、30秒以上かかると言われているよ

ココがダメ!

洗うところ

洗い残しが多いところ(爪・親指のまわり・指の間・手のこう・手首)も洗おう

ココがダメ!

服でふく

洗った手は、乾いたタオルやハンカチでふかないとまた汚れが付いてしまうよ



保護者の方へ

○冬の感染症予防について

感染症が流行する季節になりました。10～11月にかけては、府本小でもマイコプラズマ感染症の児童が数名いました。手洗い、咳エチケット、衣服の調節などの感染症対策をお願いします。また、ご家庭での朝の健康観察をお願いします。発熱や風邪症状等がみられましたら、無理をせず休養されてください。

インフルエンザの出席停止期間は右のようになっています。インフルエンザに限らず、感染症の診断を受けられましたら、学校までご連絡をお願いします。

<インフルエンザの出席停止期間>

登校はできません

解熱後2日が経過し、かつ発症後5日経過するまで
出席停止!



例	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
発症	××	○	→	→	→	→	→	登校OK
発症	××	→	→	→	○	→	→	登校OK

★12月のスクールカウンセラー来校日は、12/5(木)13:00～の予定です。相談等の希望がありましたら、学校までご連絡ください。