

今年も最後の月になりました。気温や湿度が低い日が増えてきましたが、まだ半袖で過ごしている児童もいて、元気だなあと驚かされています。皆さんが感染対策を続けてきたおかげで、楠浦小では感染症が流行することなく、今年を終えることができそうです。そろそろ1年を振り返り、来年の目標を立ててみるのもいいですね♪

★ふゆでも、すいばんほきゅう

★朝マラソン、つづきます！

冬でも、脱水症状になることがあります。水分不足だと…

○体がだるく、頭痛や吐き気がする

○血液が濃くなり、ドロドロになる

○皮膚がカサカサになる

などの症状がでます。空気が乾燥しているので

水分で、のどをうるおし、体調不良にならないように気をつ

けましょう。皮膚の乾燥が気になる人は、ハンドクリームなど

でこまめに保湿することが大切です。



外でからだを動かして  
免疫力(体をまもる力)をアップ!

12月1日は【世界エイズデー】



～6年生の授業より～

エイズとは、HIV というウイルスが体に入り、免疫力がだんだん弱くなってしまいう病気です。HIV は感染力が弱いので、〈おしゃべり・せき・くしゃみ・同じ食器で食べる・あくしゅ・ハグ〉など普段の生活の中でうつることはありません。正しい知識をもっておくことが、予防や差別の防止につながります。6年生の感想を紹介します。

★何もわからないからこわがるのではなく、その病気を正しく知って判断しようと思いました。

★最初は、感染する病気と聞いていやだなと思ったけど、普段の生活ではうつらないとわかって差別や偏見はしてはならないと思いました。もしそういう人がいたら、ふつうに接したいです。

★世界には、病気というだけで差別されている人がいます。差別は許されないと改めて思いました。

冬に起こりやすいトラブル・けが



こおった道路ですべる



ポケットに手を入れたまま転ぶ



低温やけど

今年のうちには治療をすませよう



くすっこの、むしばゼロまであと10人です！

治療は進んでいますか？今年のうちには治療を終わらせて、キレイな歯で新しい年をむかえてほしいです。治療が終わったら、治療結果を学校へ提出してください。めざせむしばゼロ！

【保護者の方へ】

来週、健康ノート「ぐーん」を配付します。2学期の身体測定の結果や、来室状況等をのせていますので、ご確認ください。また、家庭での様子等コメントをご記入いただき、12月24日(金)終業式までに、担任へ提出をお願いします。