

2月のほけんだより

令和7年2月3日

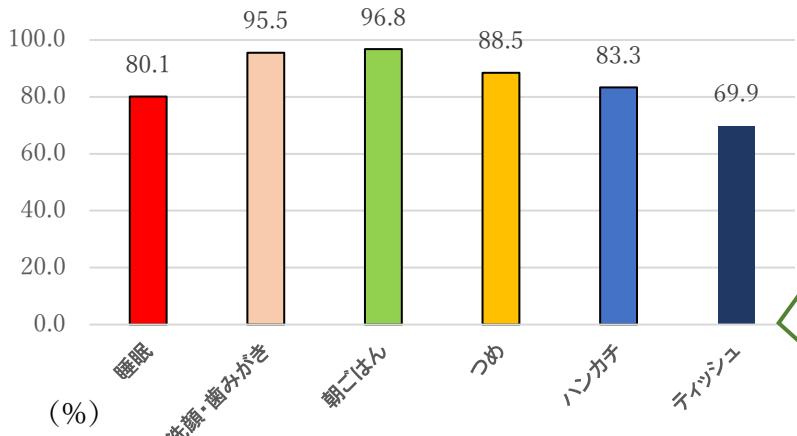
睦合小学校保健室

中村 涼子

寒い日が続きますね。寒くて空気が乾燥していると、感染症にかかりやすくなってしまいます。インフルエンザなど、まだまだ流行する時期です。十分な睡眠と加湿などの工夫で、寒さに負けず、病気にかかりにくい体づくりを心がけましょう。



1月 すこやかチェック全校



すこやかチェックの結果、ティッシュを持ってきてない人が多いようです。マスクなどと同じように、予備をバックの中に入れておくなどしてみるのはいかがでしょう。もちろんハンカチも忘れずに。(ハンカチも予備があるといいかもしれません)

