

にこにこ 冬休み号

R2. 12. 24
龍野小保健便り
保健室 宗 小百美

<おうちのひとといっしょによんでください。>

あしたから冬休みです。今年の冬休みは、家で過ごす時間が多くなりそうですね。でも、子どもは楽しいことを見つける天才だそうです。みなさんならいつもと違う冬休みですが、工夫して冬休みを楽しい時間にしていってくれることでしょうか。



3人のナイトと一緒に冬休みを元気に過ごそう!!

冬休み 元気に過ごさナイト!

スタート!

じゃんけんをして

グーで かったら 1マスすすむ	チョキで かったら 2マスすすむ	パーで かったら 2マスすすむ
-----------------------	------------------------	-----------------------

ゴール

夜ふかしせず寝る。
よくねナイトが仲間になった。
3マス進む

手洗いを忘れた!
1マス戻る

であらいしナイト

手首も忘れず洗おう!

誕生日: 10月15日 (世界手洗いの日)

好きなもの: 石けんのおい

よくねナイト

早起きも続けよう!

誕生日: 9月3日 (睡眠の日)

好きなもの: 小さい頃から使っているまくら

手洗いを毎日がんばる。
であらいしナイトが仲間になった。
3マス進む

たべナイト

好き嫌いせず食べよう!

誕生日: 8月31日 (野菜の日)

好きなもの: だし巻きたまご

テレビを見ていたらもうこんな時間!
2マス戻る

甘いものを食べすぎた!
1回休み

バランスよく食べる。
たべナイトが仲間になった。
2マス進む

テレビを見ていたらもうこんな時間!
2マス戻る

おれたちもきみたちの体のみかただぜ
いっしょに冬休みを元気にすごそうぜ!

あさこはんたべナイト

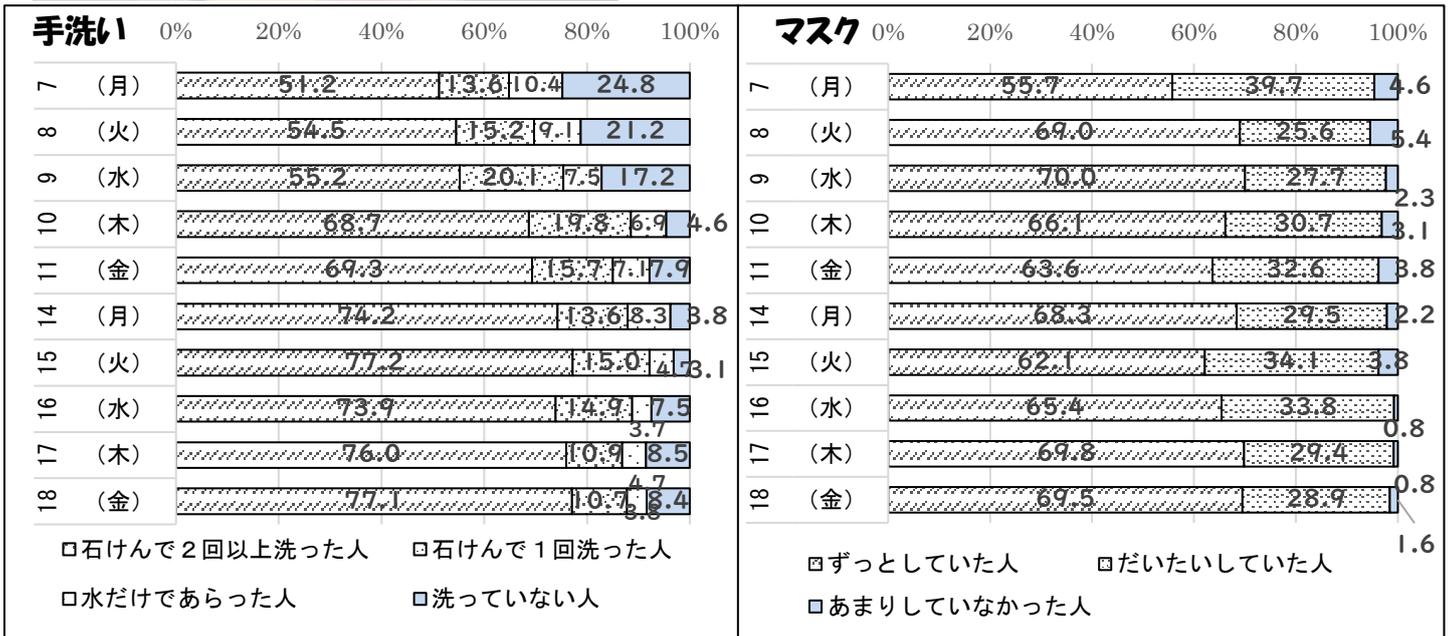
はやねはやおきしナイト

うんどうしナイト

保健委員会の活動



保健委員会で、給食の時に各学級について手洗いとマスクの調査をおこないました。(12月7日(月)～18日(金))下のグラフがその結果です。手洗いをみると、調査をしていくにつれ、せっけんで2回以上洗っていく人が増えていきました。マスクでは、2週目の方が「あまりしていなかった」という人が減ってきました。手洗いとマスクは新型コロナウイルスの予防にとっても有効です。これからはっきり予防を心掛けていきましょう。冬休みになってからも宜しくお願いします。



警戒レベル5

今年の冬休みは、新型コロナウイルス警戒レベル5が出ている中での休みになってしまいました。もう一度、お家の人たちとどのようなことに気をつければいいか確認しておこう。



- 外に出るときは、マスクは絶対する。
- 外から帰ったら、石けんでの手洗いを30秒間する。
- もし、お家の人の中で具合が悪いか熱がある人がいたら、ご飯などはいっしょに食べずにマスクもなるべくしておく。その時は、はやめに病院に相談する。
- 人が集まる場所には、なるべく行かない。どうしても行かなくてはいけないときには、マスク、アルコール、ソーシャルディスタンスの感染予防を徹底する。



新しい年は、みんなが健康で暮らせるように。そして、いつも通りの生活が送れるようになりますように。

おうちの方へ

- 保健センターより今年度のフッ化物洗口は実施しないと連絡がありました。
- 甲佐町でアタマジラミが流行っているということです。学校でも検査しました。おうちの方でも時々お子さんの髪の毛の生え際の辺りをご確認いただくとありがたいです。もし、見つかった場合は、学校にお知らせいただくとともに薬局にご相談ください。



- 1月8日に提出するもの(保健)
- 冬休みせいかつカード
 - すすく...2学期末に提出していない人