

東豊中小学校

保健室

令和3年(2021年)1月

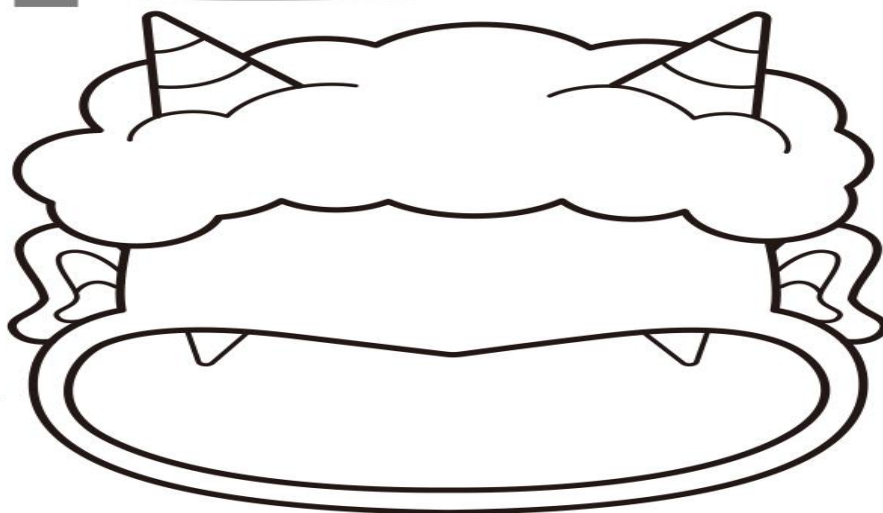
冬休みが終わり、3学期が始まって約2週間が経ちました。3学期のはじめに2測定をしました。その2測定の前に、保健室からのお話をしましたね。2つありました。全学年に「かぜやインフルエンザなどの予防について」、5・6年生には「薬の正しい使い方」2・4年生には「正しい姿勢」1・3年生には「心の健康」のお話をしました。寒さが厳しいと、免疫力（ウィルスや菌に勝つ力）がおちて、病気にかかりやすくなること、予防をするためには「手洗いとうがい」「栄養バランスの取れた食事」「ぐっすりと眠ること」この3つのことに気をつけることをお話しました。さあ、3学期も感染対策をしながら、寒さに負けずに元気にすごしましょう。

自分の中の健康を邪魔する鬼を書いてみよう！

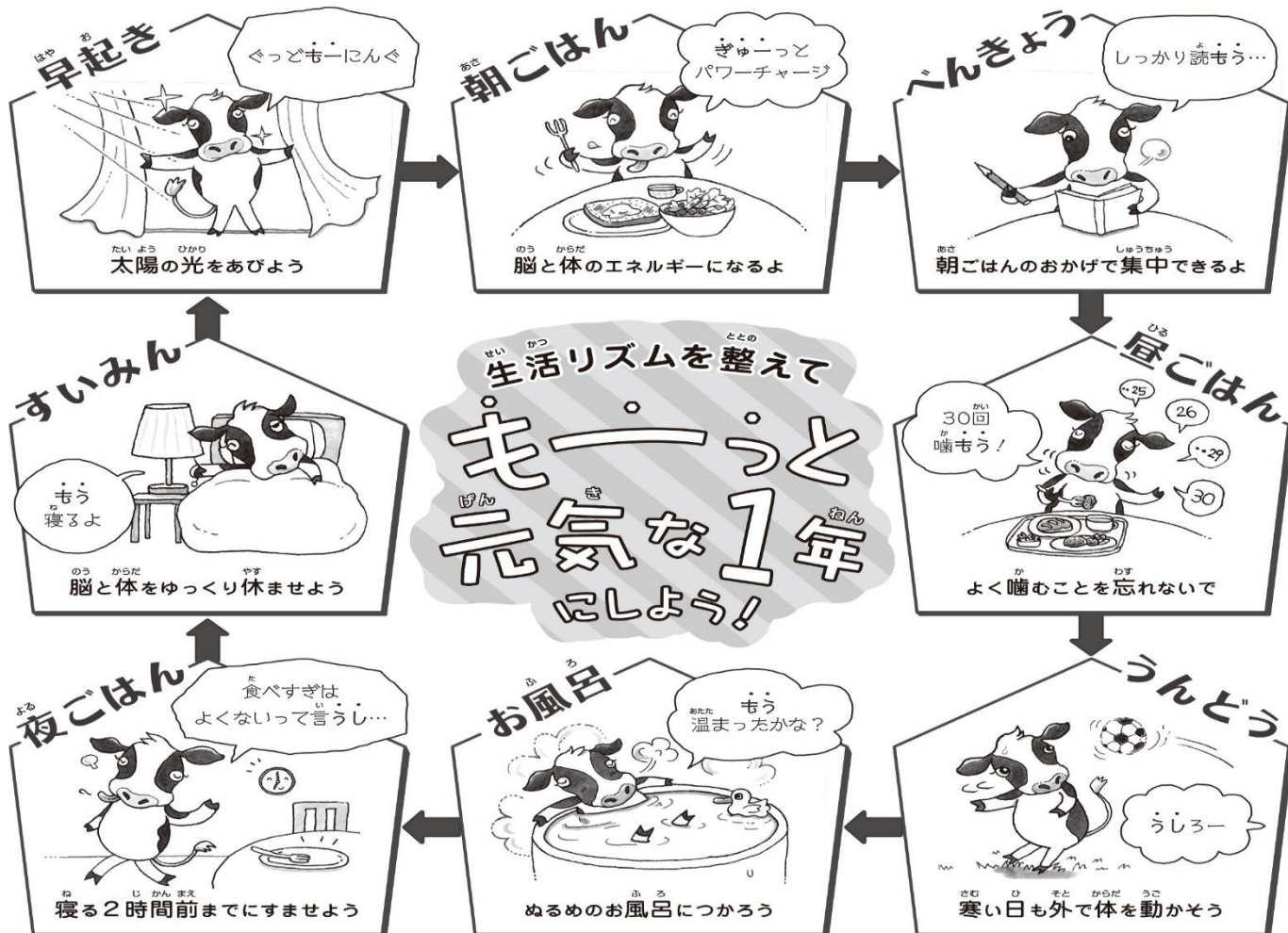
例

- 夜ふかししちゃう鬼
- 歯みがき忘れる鬼
- 好き嫌いする鬼 など

ここに書いてね



顔も描こう



体を温める食べものは、どれ?

食べものには体を温めるものと、冷やすものがあります。
この中の温めるものはどれでしょう?



見わけのコツは...

土の中にできる

発酵している

色が濃い

ちくさ 4 ちくさ 4 ちくさ 4 ちくさ 4 ちくさ 4 ちくさ 4 ちくさ 4 ちくさ 4 ちくさ 4 ちくさ 4

保護者様

毎朝の検温、ありがとうございます。さて、寒さが厳しくなり、大阪でもコロナの感染者数が増えてきて緊急事態宣言が発令されています。お子さまの感染予防対策のため、ご家庭では以下の3点についてお願いいたします。

- ・ 出かける前に検温したか、保護者が記入した確認のサインがあるか (子どもが書かないように)
- ・ マスクの予備がランドセルに入っているか
- ・ はんかち、ハンドタオルを持っているか

毎日、ご確認くださると助かります。

また、校内は換気のため、暖房しながら窓をあけております。お子さまには暖かい服装で登校するようにしてください。ご理解、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

