

# ほけんだより 12月

令和2年(2020年)12月22日  
豊中市立千成小学校

今年も残すところあと少しになりました。いろいろなことがあった1年・・・  
みなさんの心と体の調子はどうだったでしょうか？



## がっき ほけんしつ 2学期の保健室



(2020. 8. 24~12. 16)

けがの手当てできたひと

557人

いちばんおお  
一番多かったけがは・・・

だぼく

たいちょう わる  
体調が悪くてきたひと

130人



らいしつ おお  
来室が多かった月は

がっ  
9月

けがの発生場所

- 1位：運動場
- 2位：教室
- 3位：体育館



けがの発生時間

- 1位：体育
- 2位：20分休み
- 3位：昼休み

★すり傷や切り傷のときに、砂などを洗い流してから保健室に来られるようになるといいな  
と思います。けがをした時に、自分で処置できる力をみにつけておくことは大切ですね。



## たの 楽しい冬休みにするために



ぶくそうにはきをつけて

きちんと下着を着て、うまく重ね着するとあたたかいよ。



ゆっくりお風呂に入ろう

湯舟にゆっくりつかって温まろう。



やすみでもやっぱり三食たべよう

寝ぼうせずに朝ごはんを毎日たべよう。



すいみん 睡眠はたっぷりとりよう

夜ふかしが続かないようにしましょう。



みんな元気な顔で、3学期に会いましょう

新型コロナウイルスもインフルエンザも

自分のできる感染症対策 しっかり続けることが大事



人と一緒のときはマスク  
ひまつを飛ばさない



ソーシャルディスタンス

人ととの距離をとる  
(人混みは避ける)



石けんで手洗い  
(定期的にごまめに)



栄養や睡眠をしっかり  
体力をつける

## 1月の保健行事

- 1/13 (水) 二測定 5.6年生
- 1/14 (木) 二測定 3.4年生
- 1/15 (金) 二測定 1.2年生

