

ほけんだより

豊中市立原田小学校

ほけんしつ

2025年2月号

しょうがつがすぎふゆやすお終わったと思ったら、あつという間に2月。「1月は行く、2月は逃げる、3月は去る」といわれるとおりですね。

さむひがつつあたたかくなるまではもう少し時間がかかるかもしれませんが、はるちか春は近づいてきています。たいちょうかんり体調管理をしっかりと、かぜをひかないように気をつけてすごしましょう。



じぶんす 自分を好きになるために



じぶんす自分のことが好きですか？いきなりそう聞かれても「どうかなあ・・・。」と、ともうどうかもしれませんね。でも、いまじぶんす今の自分を好きになれば、かんがえたまえむ考え方が前向きになったり、いろいろなことにちょうせん挑戦できたり、まいにちたの毎日さらに楽しくなるはず！そこで、じぶんす自分を好きになる方法を紹介します。ぜひためしてみてくださいね。

○だれかとじぶんす自分をくらべない。(じぶんす自分。せかい世界にたったひとり一人の存在というのはすごいことだよ。)

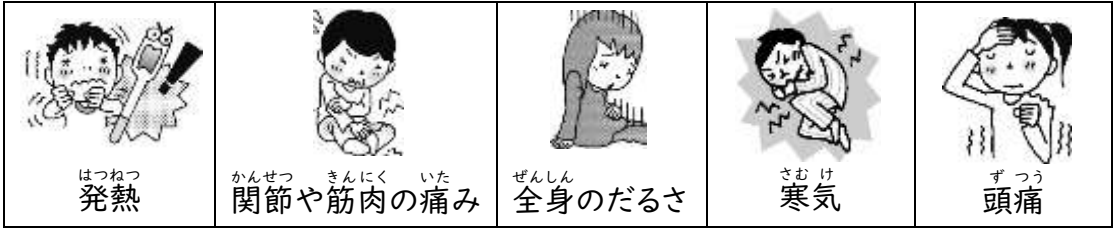
○じぶんす自分をほめよう。(ちい小さなことでOK。)

○はややす早めに休んで、からだちこころと心のつかれをとる。(つかれたときは、とりあえずぐっすりねよう。)



インフルエンザの予防をつづけよう

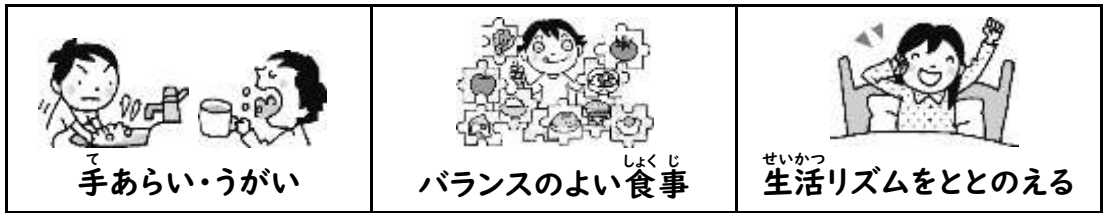
●こんな症状が突然起こります



●かかりやすいのはこんなとき



●引き続き心がけよう!



感染症 最新情報

1月 本校では・・・

インフルエンザ 10件

マイコプラズマ感染症 2件

新型コロナウイルス 1件

溶連菌感染症 1件

の報告がありました。

原田小学校では12月からインフルエンザで休む人が増えてきましたが、3学期になってからは減っています。しかし、豊中市内では1月にインフルエンザ様疾患で学級休業になった小中学校もあり、これからはインフルエンザB型の流行も心配されます。まだまだ油断せず、感染症の予防を続けましょう。

裏面もあります