

ほけんだより 12月



今年もまた、新型コロナウイルス感染症の影響で変わってしまったこと、我慢しないといけないことがたくさんありましたね。みんな本当によくがんばりました。来年はどうなっているかわかりませんが、今までやってきた感染対策は3学期も続けましょう。



固形石けんがなくなります！

水道にかかっている固形石けんは、今使っている分がなくなったら終わりです。全てあわ石けんになります。あわ石けんの使い方や、手洗いの仕方をもう一度おさらいしてみましょう。



この石けんがなくなるよ！



簡隔をあけて洗おう！

あわ石けんの使い方

まもろう！
1人1フッシュの
やくぞく

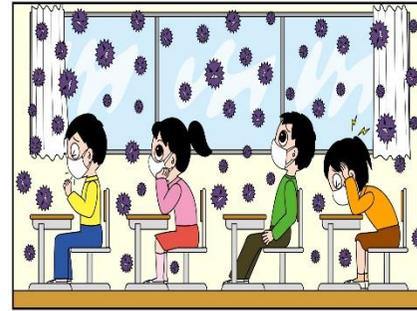
- ①水で手をぬらす
- ②ボトルを1回だけ押し、石けんをつける
- ③しっかり泡立たせて洗う
- ④水できれいに洗い流す



手の洗い方



空気を入れかえるのはとっても重要



寒いからといって窓をしめきったままでいると、みんなの呼吸で二酸化炭素が増え空気が汚れてしまいます。汚れた空気の中には、ウイルスがたくさんいます。休み時間は、窓を開けて空気を入れかえるようにしましょう。お家でも空気を入れかえましょう。



師走のし忘れ ありませんか？



12月を「師走」とも言います。「お坊さんが一番忙しいとき」「先生が慌ただしくするから」など諸説ありますが、1年の最後で師が走り回るほどの忙しさからついた別名です。みんなも年末の忙しさで忘れていませんか？



- | | | | |
|------------------------------------|--------------------------------------|-------------------------------------|------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 朝ごはん | <input type="checkbox"/> メディア | <input type="checkbox"/> 手洗い | <input type="checkbox"/> 病院受診 |
| 時間がなくて食べていない...という人は、30分早く起きてみましょう | ゲームやスマホに夢中で時間を忘れていませんか？ 決めた時間を守りましょう | 外から帰ったとき、トイレのあと、食事の前などは、忘れず手を洗いましょう | 健康診断で気になることがあった人は、今年のうちに受診するのも忘れずに |

保護者様 1月の保健行事

- 1月12日(水) 二計測 1年・2年
- 1月13日(木) 二計測 3年・4年
- 1月14日(金) 二計測 5年・6年



*二計測の日は頭頂部で髪の毛を結んだり、とめたりしないようにお願いします。この日は体操服で行いますので、子どもたちに持たせてください。

