

令和3年11月4日

たんぼしりつそうこうしょうがっこう
丹波市立崇広小学校

ほ けん しつ
保 健 室

11 がつ ごと
月 号

ほけんだより

すっかり秋らしくなってきました。
朝晩が冷え込むようになり、
上着で調節して、
風邪でお休みする人が増えてきています。
気をつけましょう。



11月の保健目標

姿勢をただしくしよう！！



こんな姿勢の人はいませんか？皆さんの体は、成長しています。背骨が曲がりたり背中がまがったり、右左の肩の高さが変わったりする原因になります。姿勢を正しくすることによって、筋肉も強くなります。自分の姿勢がどうなっているのか、考えてみましょう。

みんなのトイレ きれいですか？

- ベンキやまわりがよごれていない
 - トイレトーパーがキレイにおいてある
 - 手洗い場が、きれい
- いつもこんなトイレだといいですね。



感染症対策は「ま・か・し・て」!



新型^{しんがた}コロナウイルスの感染^{かんせん}者は、ずいぶん減^ひりました。しかし、また増^ふえてくるかもしれません。子どもにも同じように感染^{かんせん}するようになってきたので、気をゆるめずにしっかり^{よぼう}予防^{つづ}を続けましょう。インフルエンザも、はやってくる時期^{しき}になります。予防^{よぼう}のしかたは一緒^{いっしょ}なので、インフルエンザにも注意^{ちゅうい}しましょう。

11月8日は、いい歯の日!!



おうちの方へ

1日の気温差が大きくなり、風邪症状でお休みをするお子さんが増えてきています。朝の健康観察を、継続してお願いします。風邪症状がある場合は、お休みをして様子を見てください。また、家族に風邪症状がある場合も、ご家庭で様子を見ていただきますようお願いいたします。新型コロナウイルス感染症の感染者の人数は、かなり減っていますが、この状況を維持するためにも、気をゆるめず予防を続けていただきたいと思います。これからインフルエンザも流行する季節になります。さらに注意していきたいと思います。