

ほけんだよ!

令和4年1月11日

たんばしりつそうこうしょうがっこう
丹波市立崇広小学校

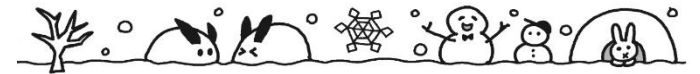
ほけんじむしょ
保健室

1がつごうごう
1月号

あたらしとし
新しい年がスタートしました。今年もみなさんが、げんき
えがお
笑顔いっぱいにご過ごせる年になってほしいですね。
しょうがつ
そのためにも、お正月モードの生活リズムをきりかえて、
がっき
3学期モードで元気に過ごしましょう。



ことし 今年もコロナウイルスに注意!



ふゆやす あいだ あたら しゅるい
この冬休みの間に、新しい種類のコロナウイルスによる患者さんが、ひょうごけん
兵庫県でも増えてきました。
ちから つよ こ
とても、うつす力の強いウイルスです。子どもにも感染し広がります。
これまで気を付けていたことを、もう一度思い出して、しっかり予防しましょう。

- あさ たいおん はか しぶん からだ
朝、体温を測って自分の体をチェックしましょう。
- たいちよう わる
体調が悪いときは、無理をしないで家でようすをみましょう。
- マスクは、うんどうするとき、たのめたり飲んだりするとき、ひとをはな
れ離れているとき以外、必ずつけておきましょう。
- てあら
手洗いは、せっけんをつか きれいに洗いましょう。自分のハンカチでふきましょう。



「元気な1年に」なら、今日から「ライ！」



強いカセもカゼには 勝てなかった!

えど時代、10年間で1回しか負けたことのない“無敵の横綱”谷風というおすもうさんがいました。

「土俵上でワジを倒すことはできない。倒れているところを見たいなら、カゼにかかったときに来い」とまで言っていた谷風ですが…江戸で流行っていたカゼにかかって亡くなってしまいました。これにちなみ、感染症への注意を高めることを願って、谷風が亡くなった1月9日は「カゼの日」とされました。令和のみなさんは、マスクや換気、手洗いなど感染症予防をしっかりと続けてられていますね。大切なのは「無理をしないこと」。体調でおかしいなと思うことがあれば、ゆっくり休んでくださいね。

