

ほけんだより 1月

ほけんだより第10号

令和3年1月7日

大府市立石ヶ瀬小学校

あけましておめでとうございます。

えと どうぶつ なか いちばん うご うし うしどし さき いそ いっほ いっほ ちやくしつ ものごと すす
千支の動物の中で一番ゆっくりと動く牛。丑年は、先を急がず一歩一歩着実に物事を進めるとよいそう
です。けんこう からだ まいにち つ かさ たいせつ らゆやす すこ せいかつ みだ ひと きょう
健康な体にも、毎日の積み重ねが大切。冬休みで少し生活リズムが乱れてしまった人も、今日からゆ
っくり、しっかり、げんき からだ
元気な体づくりをしていきましょう。

1月の保健目標 かぜの予防をしよう

ほけん いいん じどう てあら よ
保健委員の児童が手洗いの呼びかけをしました。

11/24～11/27までの間、保健委員の児童が
だいほうか ひるほうか しょうこうぐちまえ てあら よ
大放課と昼放課に昇降口前で手洗いの呼びかけをし
ました。保健委員の児童は、まいあさ てあら せつ ほじゅう
しています。しかし、さいきん になって、てあら せつ へ
りが少なくなっています。さむく になると て あら うのがおっ
くう になってしまいますが、てあら かんせんしょうよほう きほん
手洗いは感染症予防の基本です。こまめに手洗いをしましょう。



必ず手洗いをしなければならないとき



そと
外から
かえ
帰ったとき



トイレのあと



せきやくしゃみ
をしたとき



たくさんのひと
がさわる
ばしょ
場所をさわったとき



しょくじ まえ
食事の前

ハンカチ点検を行います

1/12から1/15まで、ハンカチ点検を行います。てんけん おこな
手洗いをしても、手がぬれたままのしょうたい
と、ちい 小さなほこりやウイルスがて につきやすくなってしまう。これではてあら い み
ません。ぬれたて で すな をさわると、かわいたて で さわ ったときよりもたくさんのすな て
毎日、まいにち ハンカチをもち きて、てあら あと はしっかりとハンカチでて 手をふくようにしましょう。

