

ほけんだより

がつごう
12月号

じゅうしやませいぶしょうがっこう ほけんしつ
十四山西部小学校 保健室

11.29

げんき ねん ねん ふ
元気な1年でしたか？1年を振り返りましょう！

ことし のこ
今年も残すところあとわずか。みなさん
はどんな いちねん でしたか。今年の 目標
は達成 できましたか。できたことも、あ
と一歩 足りなかったことも、どちらもみ
なさんを せいちょう させてくれます。今年の 反省 をしなが
ら、げんき あたら とし むか
ら、元気に新しい年を迎えましょう。



保健目標
冬を健康に過ごす

安全目標
安全な廊下歩行をしよう

よぼう
インフルエンザの予防は
みんなで気を付けることが大切です！！

よぼう
インフルエンザの予防の
ための6つの心がけ

て あら
手洗い・うがい

てき と うん どう
適度に運動する

ひと こ
人混みを避ける

じゅう ぶん すい びん
十分な睡眠

かん き
こまめな換気

しよく じ
バランスよい食事

こんげつ ほけんぎょうじ ＜今月の保健行事＞

- 12 / 2 (月) はついくそくてい 5・6年
発育測定
- 12 / 3 (火) はついくそくてい 1・2・3年
発育測定
- 12 / 4 (水) こうないじきゅうそうたいかい ぜんこうじどう
校内持久走大会 全校児童
- 12 / 5 (木) はついくそくてい 4年
発育測定

じきゅうそうたいかい の とうじつ は
健康カードを忘れないように
しましょう。



11月28日(木) 歯の指導がありました！

やとみしほけん しかえいせいし まね
弥富市保健センターの歯科衛生士さんをお招きして、歯の指導を行いました。教えて
いただいた歯みがきで大切な4つの点に気を付けて、ていねいに歯をみがきましょう。



えんぴつ持ち



かがみを見る



ちい しょうご 動かす



さいきゅうし は
横からみがく

保護者のみなさまへ インフルエンザは出席停止のあつかいです！！

インフルエンザにかかった場合は、必ず学校へご連絡ください。

インフルエンザの出席停止期間の基準は、

「発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまで」です。

【インフルエンザによる出席停止の期間の例】

例：発症後2日目に解熱した場合

水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日	月曜日	火曜日
発症	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	出席可能
		解熱	1日目	2日目		

ただし、医師が感染のおそれがないと認めた場合には、出席可能です。

