

ほけんだよい

しっかりと手洗い・うがいを続けましょう！

がつごう
2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

1. 29

がつみっか せつぶん
2月3日は節分ですね。

きせつ わ ことを意味するこの日に病気や災難を鬼

たと まめ 豆をまいて追い払い、無病息災を願います。

でも、豆をまくだけではかぜやインフルエンザのウイルスを追い払えません。手洗いやうがいをしっかりと続けて、かぜやインフルエンザを予防しましょう。



心の健康
保健目標

安全目標
校舎内の整理整頓をしよう

ことば 言葉には、人を元気にさせる言葉と嫌な気持ちにさせる言葉があります。

＜今月の保健行事＞

- 2 / 3 (月) 発育測定 1・5・6年
- 2 / 5 (水) 発育測定 3年
- 2 / 6 (木) 発育測定 2・4年
- 2 / 14 (金) 学校保健委員会 5・6年



5・6年生を対象に、弥富ライオンズクラブの方より

薬物乱用防止についてのお話を聞きます。

1/22(水)歯のバトンタッチ授業がありました！

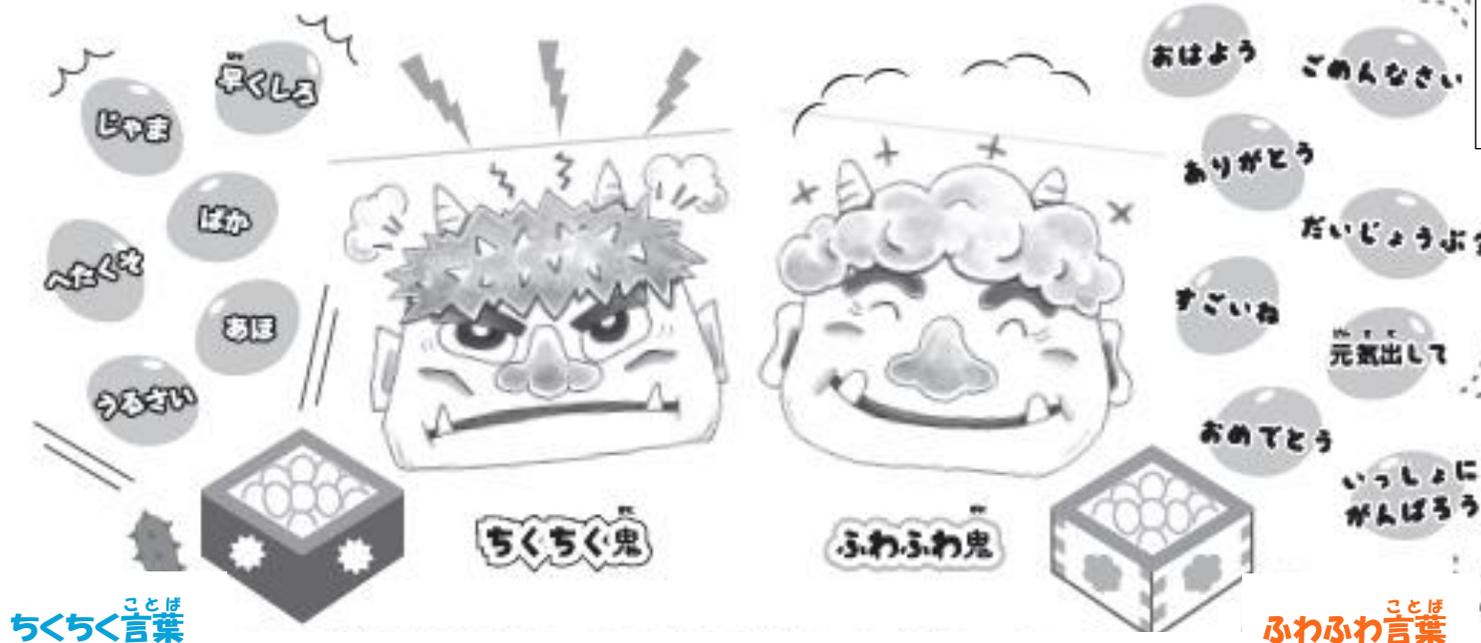
5年生の児童を対象に、学校歯科医の小出先生をお招きして、歯肉炎の予防のお話をうかがいま



した。歯の汚れは歯みがきで60%はとれるそうです。しかし、残りの40%はデンタルフロスを使ったり、仕上げみがきをしないと、汚れがとりきれないようです。時々、デンタルフロスを使って、歯と歯の間や歯と歯肉の間など、歯の細かい部分まで、ていねいにみがきましょう。



みなさんは、ふだん友達にどんな言葉を使っていますか？



いつも相手の気持ちを考えながら、ふわふわ言葉がたくさん出るとよいですね。

花粉症の仕組みを知りましょう！

今年の冬は暖かく、花粉が早くから飛び始めているようです。花粉症の仕組みを知って、洗顔したりマスクをつけたりして予防をしていきましょう。

1 花粉が目・鼻・口から入る



2 からだが花粉を異物とみなす

3 からだが花粉を外へ出そうとする

4 くしゃみ、鼻水、鼻づまり、目のかゆみがおこる

