

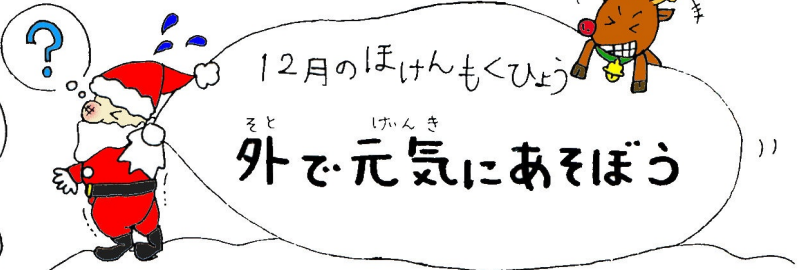
ほけんのだより



貝塚市立北小学校 保健室

平成26年12月1日 発行

今年も、のこすところあと1か月となりました。
 これからが冬本番です。北小学校では、
 まだ、カゼやインフルエンザは流行していません。
 これからも、気をつけて生活しましょうね!!



インフルエンザに気をつけて!!



インフルエンザ 4大症状

- だるい (Tired)
- 頭が痛い (Headache)
- 体のふしふしが痛い (Body aches)
- 38℃以上の熱がある (Fever above 38°C)

この他にも、カゼと同じ
 ☆せき
 ☆はなみず
 ☆のどの痛み
 などの症状がみられる
 ことがあります。
 あれ?と思ったら、病院へ
 行きましょう!!

冬のふくそについて

だんだんとさむい日が増えてきました。厚手の上着を着て、登校する人も多くなりました。みなさん! 学校内では、厚手の上着はぬぎましょうね。

インフルエンザウイルス プロフィール

- 大きさ: 0.1マイクロメートル (1ミリの1万分の1)
- にかたなぬの: ワクチン うがい・てあらい
- 湿度: 60%以上

学校内での厚手の上着の着用について

- 学校内で厚手の上着を着ていると、外に出ると、さむいよ!!
- 勉強中に厚手の上着を着ていると、字や絵が「かきにくいよ!!」
- 厚手の上着を着て、汗をかくと、かぜをひくよ!!

ちよとひといき ココロ コラ4

友だちやかぞく、先生に言われてうれしかった言葉はありますか?
 一つの言葉で、うれしくなったり、ゆう気がわいてくること、ありますよね?
 でも、反対に、かなしくなったり、いらどきたりすることもあると思
 います。その中でも人を傷つける言葉を「チクチクことば」とよんでい
 ます。チクチクことばは…

言われた人 聞いた人 言った人

みんなの「心」を傷つけます

★チクチクした気持ちになったら、おちついて自分の気持ちを整理してみようね★