

# ほけんだより



貝塚市立北小学校  
保健室

平成27年12月24日 発行

25日からふゆやすみがはじまります。今年ほどんな  
一年でしたか。これからインフルエンザが流行する季節  
です。手あらいをしっかりと、予防しましょう!!

ふゆやすみ  
げんき  
**元気にすごそう**  
だい  
さく  
せん  
**大サ戦**

## ヨフカシーノ



ヨフカシーノにとりつかれると  
・ねるのがおそくなって  
成長ホルモンがゲットできない。  
・体のつかれがとれず、  
病気になるやすい。

ヨフカシーノも  
たおそう  
はやくねる

ネボランに  
とりつかれると  
・朝ダラダラすごすので、  
1日中、元気がでない。  
・免疫力やスポーツが  
はかばかしない。

ネボランを  
たおそう  
はやく  
おきる

ネボラン  
子どもたちを  
ねばうさせる

## タバニンにとりつかれると

・朝ごはんをたべなくなると、体調をくずしてしまふ。  
・ごはんより、おかしばかり食べてしまふ。

## タバニン



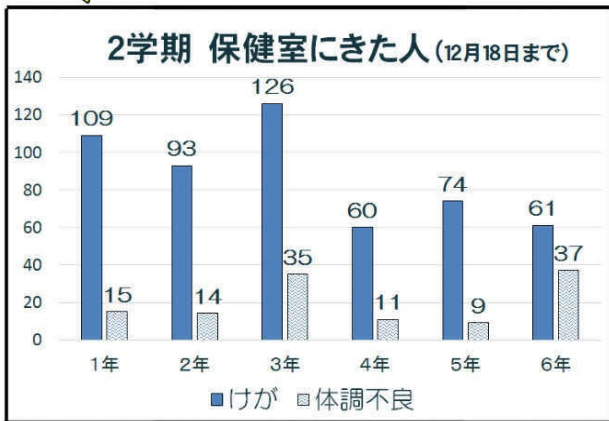
子どもたちが朝ごはんを  
食べないようにする

おかしをたおそう  
朝・昼・夕  
しっかりたべる

ちょっとだけなら...  
いえ! **未成年の飲酒!**  
未成年は、お酒をのん  
ではいけないと法律で決まっています。

☆内臓(肝臓)が成長中で、お酒の  
害きょうを受けやすい。  
☆アルコール依存になりやすい。

## ほけんじつのおらす



けがをした人... 523人  
体調不良の人... 121人  
合計644人が保健室を利用しました。

おうちのかたへ

いよいよ冬休みが始まります。二学期は、  
感染症の流行もなく、インフルエンザの報告も  
ありませんでした。そして、すり傷をしたときは、  
傷口を水で洗ってから来室する子どもが増え  
てきました。とてもうれしいことです。

冬休みはイベントが多く、どうしても不規則な  
生活になりがちです。子どもたちが元気にすご  
せるように、ご家庭でも気を付けてあげてください。

14日間の冬休み、お子さんとたくさん話をしてください。  
では、素敵な年末年始をお過ごしください。