

ほけんだより



貝塚市立北小学校 保健室

平成28年12月1日 発行



今年最後の月がやってきました。

寒さも増して、いよいよ冬本番!!

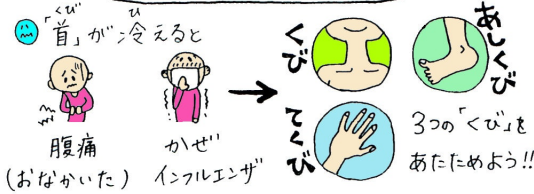
カゼやインフルエンザが流行する時期です。しっかり手あらいうがいをしましょう。

冬にまけない!!
コヒ小ファッション

ひめまつこさん



ワタシのファッションポイントは、「首」を出さないところ♡



かいつかきたろうさん

ボクのファッションポイントは、見えないところに気をつかうこと。それは、「下着」と「ハラマキ」だよ。

下着を着ると、温かさup!!

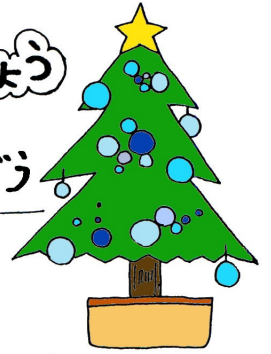


ある日のこと、かぜ予防のために、マスクをしていた先生、なぜひいたん? やまぐち先生に、たいじょうふい?

あ〜よかった〜♡
とてもうれしくて、心があたたかくなりました!!
心があたたかくなると、「やさしい」気持ちになれます。
周りの人に、思いやりをもって生活をする、心があたたかくなる人が増えます。みんなの心が、ホカホカあたたかい、そんな北小学校で、あり続けましょうね。😊😊

12月のほけんもくひょう

外で元気にあそぼう

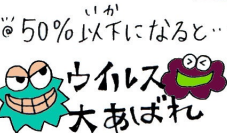


乾燥注意報!!

じょうずに加湿しよう

カゼやインフルエンザのウイルスは、空気が乾燥し、気温が下がってくると、活発に活動できるんです。

★部屋の湿度は50~60%を目標に

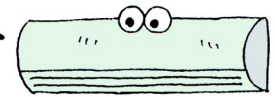


◎50%以下になると... ◎湿度が高すぎると...
カビ、ダニのもと

★暖房の温度

18~20℃がベスト

◎温度を高くすればするほど、湿度は下がります!!



★ちょっと工夫で湿度をプラス

加湿器って、お手入れが大変ですよ。そこで、ちょっとプラスするだけで、湿度をプラスできるアイテムを紹介します。



保護者のみなさまへ

気温もぐっと下がり、体調不良で保健室に来室する子どもたちも増えてくる時期です。体調が優れないときは、無理をさせず、休養させて下さい。

☹️ 下着や衣類がよごれた場合 ☹️

学校で下着や衣類をよごしてしまったときは、保健室で着がえをお貸ししています。よごれた衣類について、感染症予防の観点より、原則そのままの状態でもって帰ってもらいます。ご了承ください。

