

1月 ほけんだより

令和6年1月9日(火) 伊勢崎市立あずま小学校



あけましておめでとうございます。

楽しい冬休みを過ごせたでしょうか？年末年始は不規則な生活になりがちです。
 元気に3学期をスタートできるよう、生活リズムを整えましょう。



3学期から保健室の先生になりました、濞沢かおりです。
 4年前もあずま小に少しかいたので、5、6年生は覚えてくれている人もいますでしょうか？お休みして二人の子どもを産んで戻ってきました。久しぶりのあずま小でみんなと過ごせることが、とても楽しみでも少しだけ緊張しています。元気よくあいさつして声をかけてもらえたらうれしいです。よろしくお願ひします。

どれだけ成長したかな？発育測定があるよ！

発育測定の予定

- 1/10 (水) 5、6年生 身長と体重を測ります。
- 1/11 (木) 3、4年生 髪の毛を高い位置でしばっていると
- 1/12 (金) 1、2年生 身長を測りづらいので注意してくださいね。



かんき 換気しないと、こんなことに! ?



◎ウイルスが増えて感染しやすくなる!

◎空気が汚れていやなおいがする!

◎チリやホコリがアレルギーの原因にな

◎二酸化炭素が増えて頭痛がする!



換気をしないとこんなに良くないことがたくさん!!
 寒い時期ですが、みんなが健康に過ごせるために1時間に1回は空気の入れかえをしましょう。

だいに てあら 忘れずに! 大事な手洗いのタイミング

外から教室に入るとき



はなをかんだあと
せき、くしゃみをおさえたとき



トイレに行ったあと



給食の前と後



そうじがおわったあと



みんなで使う物をさわったあと

