

みんなのこころとからだをみつめるほけんだより

ほけんだより



しせい 姿勢をただしくしよう!

2023. 11. 2

No.22

大楽毛小学校保健室



はや早いもので、もう11月です。学芸会の練習にも熱が入ってきましたよ!しかし、あちこちの学校でインフルエンザA型や新型コロナウイルス感染症にかかってしまう人がふえてきているようで、学級・学年閉鎖の報告も聞こえてきています。18日(土)の学芸会当日には、おたのしけ小169人全員の元気な顔がそろおう、みんなで手洗い・うがいなど、がんばりましょう!

そこで、みんなの1日の中にフセグンジャー7人それぞれの得意な『必殺技カゼ予防法』を取り入れてみたらどうなるかな?!題して、『フセグンジャー大戦!』。君もチャレンジしてみよう!!

★朝、これから学校へ。今日の調子はどうかな? せきが出ている時は…大作戦その①で準備OK!



○「おはようございま〜す!」 さあ、今日も一日お勉強がんばるぞ〜!

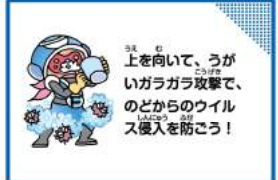


←タオルをぬらしてほす! ほしつ 保湿

○「キ〜ン、コ〜ン、カ〜ン、コ〜ン♪」 「やったー! 業間休みだ!! 遊ぶぞ〜!!」大作戦その② それから、もう一つ忘れちゃいけない…大作戦その③



○「キ〜ン、コ〜ン、カ〜ン、コ〜ン♪」 チャイムがない、休み時間はおしまい。教室に戻る前に…大作戦その④



大作戦その⑤



○3・4時間目は、きれいな空気、のどもすっきり、手もピッカピカで気分も新たにお勉強強だ!!



○「キ〜ン、コ〜ン、カ〜ン、コ〜ン♪」 お楽しみの給食。モリモリ食べるぞ〜!! 大作戦その⑥



○お昼休みは大作戦その②とその③、チャイムが鳴ったら大作戦その⑤とその⑥を実行!

★夜、おやすみなさいの時間です。

次の日に疲れを残さないための…大作戦その⑦



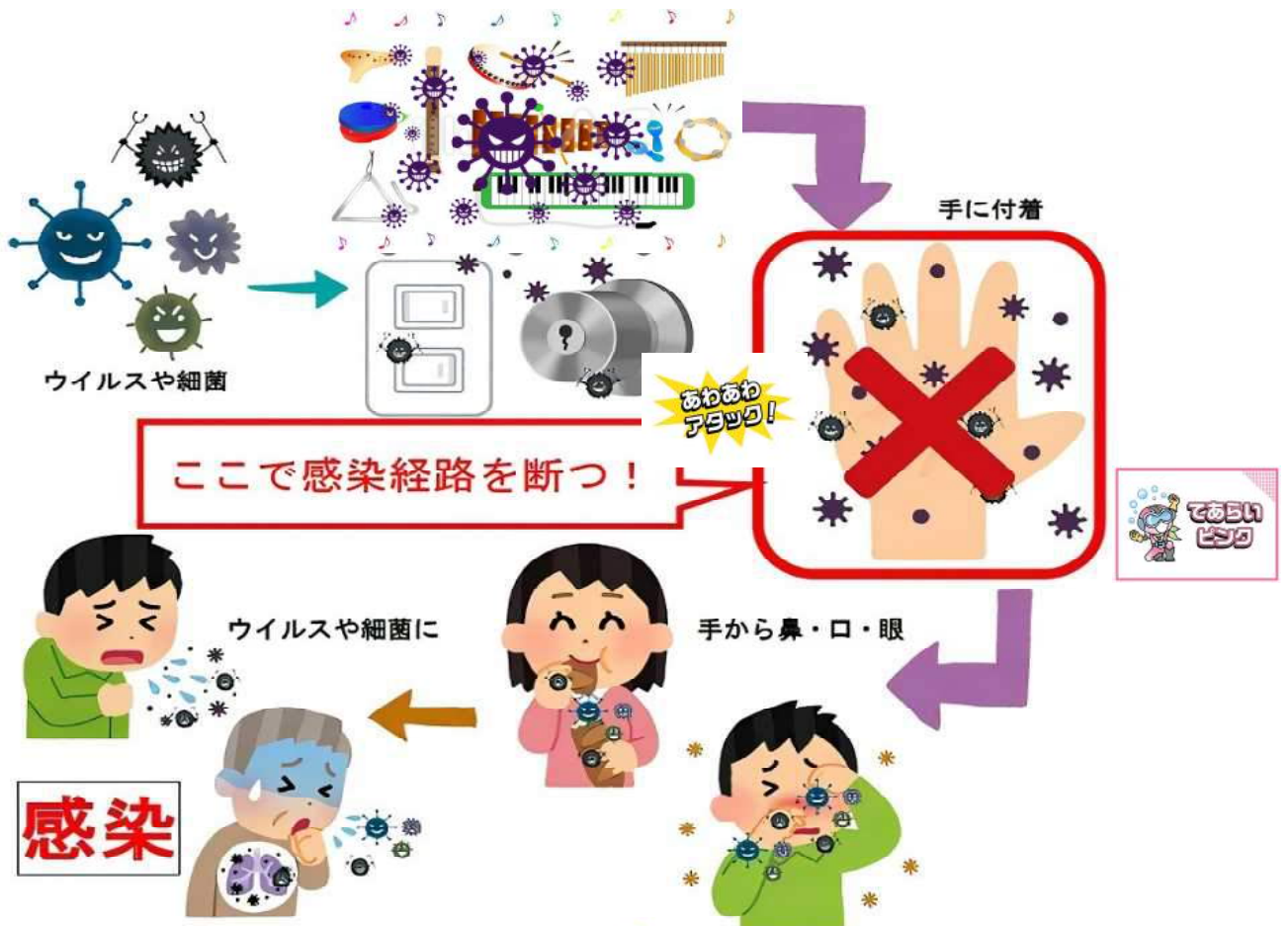
ほけんいんかいの「手あらいキャンペーンパート2」がはじまっています!

学芸会を全員元気でむかえられるように、11/1(水)から学芸会前日までの約2週間、全校で手あらいをがんばってもらいます。



でも…なんで「手あらい」がだいじなの???

インフルエンザや新型コロナウイルス感染症などの病気は、ウイルス(残念ながら目では見えないくらい小さいものです)などが原因で、そのウイルスを手でさわったり、それが口や目や鼻にはなから入ってうつってしまいます。学芸会では、各学年で楽器の演奏があり、たくさんの人が同じ楽器を使ったりするので…使ったあとに手をあらわないと…?(≧◇≦) さあ、どうなるかな???



さあ、みんなも「であらいピンカ」にんしん あわあわアヨツク!!



