

～うちのひとといっしょによみましょう～



北川辺東小学校  
保健室  
令和6年1月9日

あけましておめでとうございます。今年もどうぞよろしくお祈りします。

新しい年が始まりましたね！2024年はどんな1年にしたいですか？今年頑張りたいことなど、何か目標を立てられると、より充実した1年になると思います。今年も松崎先生は、みなさんが心も体も健康に学校生活を送れるようにお手伝いしていきますので、みなさんそれぞれが自分で決めた目標に向かって一生懸命頑張ってください。

また、いよいよ3学期が始まり、今年度も残すところあと3か月になりました。次の学年につながる3学期にできるかどうかはみなさん次第です。一日一日大切にすごしていきましょう。

### 1月の保健行事

日にち	行事	時間	対象	備考
11日(木)	身体計測	1～3時間目	1・2・3年	体操着
12日(金)		1～4時間目	4・5・6年 かしのみ	
15日(月)	清潔検査	朝の会	全校児童	
17日(水)	むし歯治療状況調査	朝の会	むし歯未治療の児童	

### 保護者の方へ

#### ●身体計測について

- ・結果は「わたしの健康」に記入し配付します。表紙の3学期の部分に押印し提出をお願いします。
- ・女子の髪型について、高い位置で結んでいると身長を正しく測定できません。低い位置で結ぶよう、ご協力をお願いします。

#### ●こんな時はお知らせください

- ・大きなけがや病気をしたなど、健康に関する変化がありましたらお知らせください。
- ・病院の受診が済んだ方は、治療のお知らせ等の提出をお願いします。

#### ●「アレルギー疾患に関する調査解答表」について

- ・「アレルギー疾患に関する調査回答表」を後日配付する予定です。「学校生活管理指導表」が早めに必要な方は、ご連絡ください。



#### ●ハンカチ・ティッシュ・マスクの持参について

- ・毎日のハンカチ・ティッシュ・マスクの準備をお願いします。ランドセルに予備を入れておくようにしてください。(毎月の清潔検査でマスク、ティッシュ、爪の長さをチェックしています。)引き続き、ご協力よろしくお願いします。



よぼう  
かぜの予防をしよう

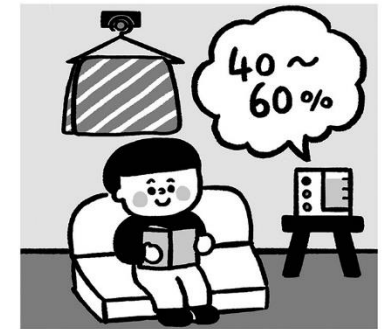
## 冬は湿度管理に注意しよう!

部屋の湿度を意識したこと  
がありますか？

実は、湿度のコントロールは、インフルエンザやかぜなど感染症対策の基本の一つです。なぜなら、こうした感染症のウイルスは、湿度が低い環境を好むため、空気が乾

いている空間では活発になっ  
てしまうからです。

湿度の目安はおよそ50% (40～60%)です。電化製品の加湿器のほか、水を吸い上げる紙製品の加湿グッズなどを上手に使って、部屋の湿度に気をつけましょう。濡れタ



オルを部屋に干すのも、おすすめです。

さまざまな工夫で、この冬を元気に乗り切りましょう!

## まちがいさがし

～7つのちがいをみつけよう～



こたえが知りたい子は、保健室に聞きにきてね!