

1月のほけんだより

お家の人と読みましょう

令和5年1月10日
三沢小学校
保健室 No.16

あけましておめでとうございます。新しい年が始まりました。冬休みは、元気に過ごせたいでしょうか？何かありましたら、「冬休み受診しらべ」で教えてくださいね。

1月20日は「大寒」で1年の中で最も寒い時期と言われています。これからが冬本番ですね。今年は、インフルエンザの流行も心配されていますので、いつも以上に感染症対策を徹底したり、生活リズムを整えて、病気に負けない体を作っていきましょう！



～ 保護者の皆様へ ～

1

新型コロナウイルス感染症の流行が拡大している中で、新学期を迎えることとなりました。冬休み中も感染症対策や、「朝の健康観察」を家庭でも実施していただいておりますが、今後も引き続きご協力をお願いします。

お子さんが体調不良の際は、無理をさせず、学校をお休みさせてください。尚、その際は、必ず医療機関を受診していただきますよう、ご協力お願いします。原因がはっきりするまでは、兄弟姉妹の登校も控えてください。

2

発育測定をおこないます。

1月12日(木)	1校時	2校時	4校時
	1・2年生	5・6年生	3・4年生

また、1月16日(月)は「さわやかセブン」です。おうちでも確認をしてきてください。

冬のケガ・事故に気をつけて

低温やけど



使い捨てカイロや湯たんぽ、高温になりすぎたスマホが原因になることも。長時間の使用には注意しましょう。

転倒



寒い朝や雪の日など、道路が凍ることがあります。すべりやすいので、歩くとときや自転車に乗るときも注意しましょう。

交通事故



日が暮れるのが早いので、車の運転手から見えにくくなります。明るい服を着て、できるだけ早めに帰宅を。

ケガ・事故は、突然起こるものです。普段から気をつけて過ごすようにしましょう。



キリトリ線

☆冬休み中のケガや病気の受診について教えてください。
1月13日(金)までに、担任の先生に出してください。

冬休みの 受診しらべ

(兄弟はまとめて記入してください)

____年 名まえ_____

1. お医者さんにかかるような病気をしましたか？

はい

いいえ

「はい」のひとは
どんな病気(からだのようす)にかかりましたか？
右に記入してください。

2. お医者さんにかかるようなけがをしましたか？

はい

いいえ

「はい」のひとは
何をしてるときに、どこを、どうしましたか？
右に記入してください。