ほけんだより 12月

花園小学校　ほけんしつ

今年も残すところ、あと１か月となりました。今年はどんな１年でしたか？新型コロナウイルスの影響で、変わってしまったこと、我慢しないといけないことがたくさんあったと思います。そんな中でも花園小学校のみなさんは、毎日元気によくがんばっていましたね。もうすぐ、冬休み。コロナウイルスは心配ですが、しっかりと感染予防をして元気に過ごしましょう。

じぶんのからだは、じぶんでまもろう！

《わたしたちができること》
① 正しく、マスクをつける
② こまめにせっけんで手あらいをする
③ はやく寝て、ウイルスとたたかう力をつよくする

じぶんのために

ウイルスの入り口は 目・鼻・口

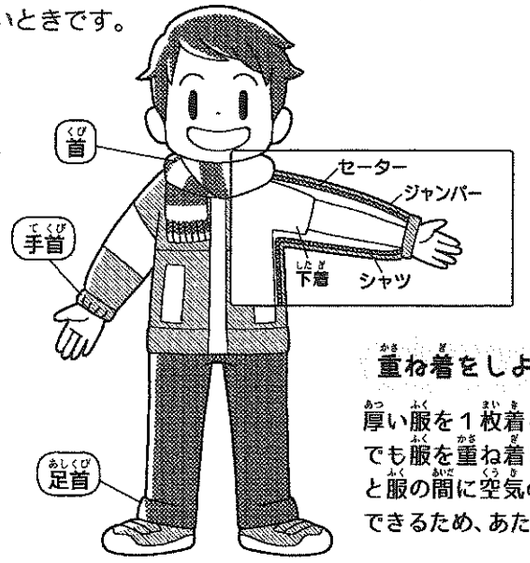
- ☑ 手で顔やマスクをさわらない
- ☑ 石けんでていねいに手を洗う

まわりの人のために

教室は、換気をしています。例年よりも、あたたかいふくそうで登校しましょう。

衣服のあたたかい着方を工夫しよう

私たちが「あたたかい」と感じるのは、衣服と衣服、せんいとせんいの間のあたためられた「空気」が動かないときです。



「３つの首」をふさごう

首・手首・足首の３つの首をふさぎ、外の冷たい空気が入らないようにすると、あたたかさを保つことができます。

重ね着をしよう

厚い服を１枚着るよりも、薄めでも服を重ね着したほうが、服と服の間に空気の層がたくさんできるため、あたたかくなります。

© 少年写真新聞社 2020

保健室からのおしらせ

お子さまがインフルエンザに感染された場合、保護者の方に「**インフルエンザによる欠席期間の報告書**」を記入いただき、学校に提出していただくよう変更になっています。医療機関で発症日を聞いてください。この報告書は、花園小学校のホームページからダウンロードできます。また担任にお知らせいただきましたら、お渡しいたします。