

ほけんだより

令和 2年2月12日
墨田区立 中和小学校
校長 寺崎 康子
養護教諭 竹葉賀津子

立春

お家の人と一緒に読みましょう

「立春」、暦の上では春の始まりを意味する日ですが、今年の冬は暖冬です。暖かい日と寒い日が交互にきて、体調管理が追いつかず、体調を崩しがちです。疲れをためないで、しっかりと「休養・睡眠・食事」を心がけてください。

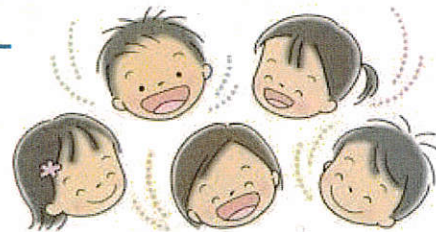
今、全世界で感染が拡大している、「新型コロナウイルス」が日本でも感染者が出ていて、ヒトからヒトへの感染が確認されています。インフルエンザ・感染性胃腸炎・溶連菌感染症など、さまざまな感染症が、今ピークを迎えています。これらの感染症を予防するには、やはり、「手洗い・うがい・マスク・体調管理」がもっとも有効な予防策です。

外から帰ったら、**手洗い・うがい忘れずにしっかりしましょう！**



2月のほけん目標

「寒さに負けず元気に外で遊ぼう」
「楽しい学校生活を送ろう」



いつもえがおいっぱいな
クラスにしよう

『ふわふわ言葉』『ちくちく言葉』

言葉には、言われるとうれしくなったり心が温くなる「ふわふわ言葉」と、言われると悲しくなったり心が傷つく「ちくちく言葉」があります。「ふわふわ言葉」は使えばつかうほどまわりのみんなも自分も笑顔になれる「まほうの言葉」です。

自分が言われていやな言葉は使わず、自分が言われたらどう思うかを考えて、ふだんからみんなが優しい気持ちになれる「ふわふわ言葉」を使うようにしましょう。

『ふわふわ言葉』

ありがとう
すごいね
ごめんね



大丈夫？
一緒にがんばろう！

『ちくちく言葉』

バカ
うざい



むかつく
そんなこともわからないの



～中和小1月の感染症情報（1月8日～1月31日）～

インフルエンザによる学級閉鎖が1クラス1月23日～24日（2日間）ありました。

- ・インフルエンザ罹患者（A型14名 B型3名） 17名
- ・感染性胃腸炎罹患者 2名
- ・溶連菌感染症罹患者 2名

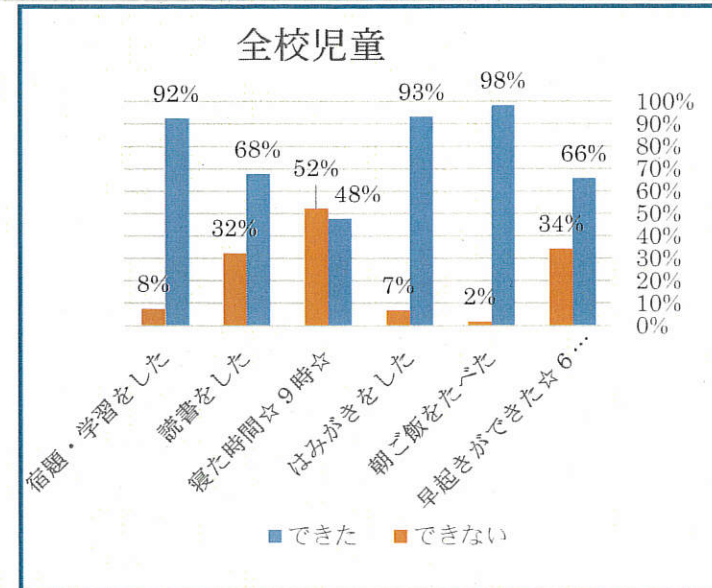
※区内の小学校ではインフルエンザによる学級閉鎖の報告がまだまだあります。

引き続きご家庭での体調管理よろしくをお願いします。

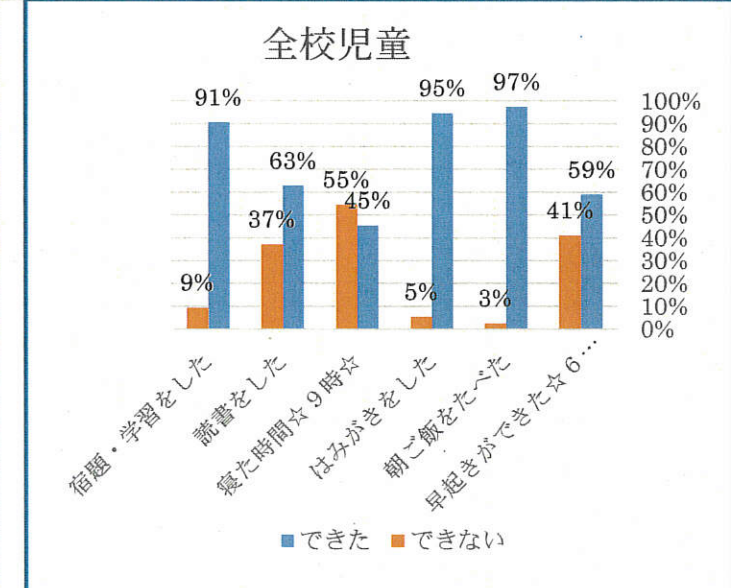
※登校前の体調によっては、登校を見合わせ、自宅ですっかりと休養をさせてください。

『生活リズムチェック』（5月・9月・1月・全体平均）1年間のまとめ

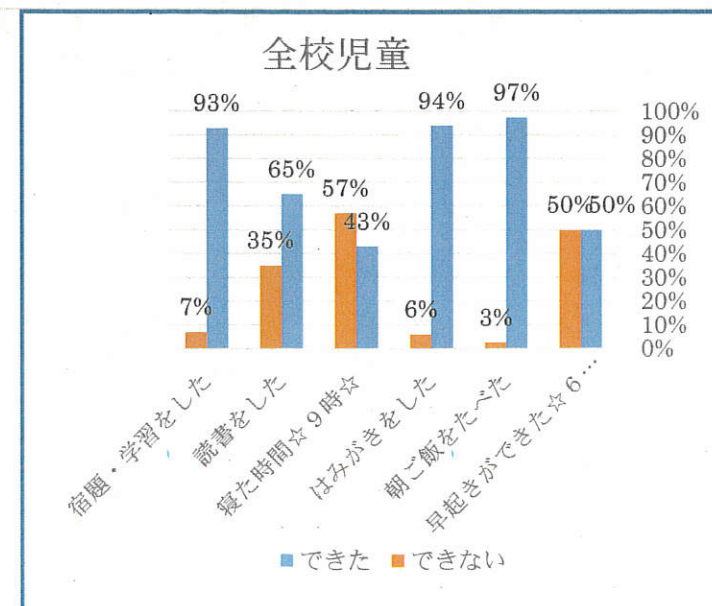
5月・GW明け



9月・夏休み明け



1月・冬休み明け



全体平均

