

げんきな子

令和3年1月
浜岡東小学校保健室



あけましておめでとうございます。

2021年が始まりました。どんな1年になるのかワクワクしますね。今年もみなさんが心も体も元気に過ごせるように保健室からおうえん応援しています。

新型コロナウイルス感染症だけでなく、インフルエンザやかぜも心配される時期です。寒さとウイルスに負けないように元気に冬を過ごしましょう。



げんきになるカードがはじまります！ (1/7 (木) ~ 1/14 (木))

かぜやインフルエンザの予防には、規則正しい生活をするのがとても大切です。楽しい冬休みから、心も体も学校モードに切りかえましょう！

※1/14 (木) まで調べ終わったら、「がんばったことやこれから気をつけること」を書き、おうちの人に「おうちの人から」を書いてもらいます。1/15 (金) に担任の先生に提出しましょう。

寒いですが・・・休み時間は教室の換気をしましょう！

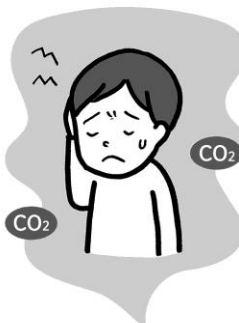
換気をしないと、こんなことに!?



空気が汚れ、嫌な臭いがする



チリやホコリがアレルギーの原因に



二酸化炭素が増え、頭痛がする



ウイルスが増え、感染しやすくなる