



# ほけんだより

保健目標：感染症を予防しよう。 おうちの方と読みましょう。

2022年も残りわずかとなりました。みなさんにとってどんな1年でしたか？ 冬休みは、クリスマスにお正月と楽しいことがありますね。寒いので、つついだらだらと過ごしがちになりますが、生活リズムに気をつけてすごしましょう。

## 新型新型コロナウイルス・インフルエンザの予防を！



### てあら 手洗い・うがい

せっけん  
石けんで!



うすを向いて  
ガラガラ~

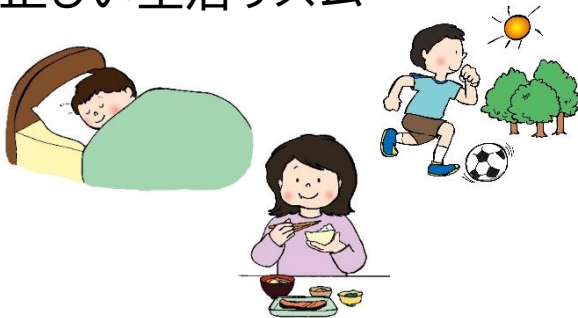
てあら 手洗い・うがいをして、からだ 中にウイルスがはいらないようにしましょう。

### マスク



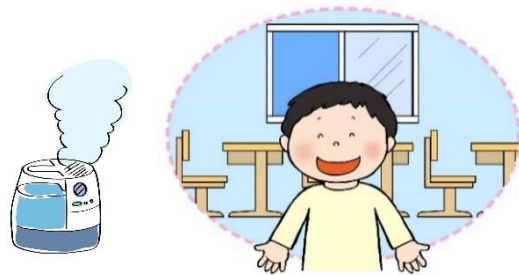
マスクをつけることは、自分の予防と人  
にうつさないために効果的です。

### ただ 正しい生活リズム



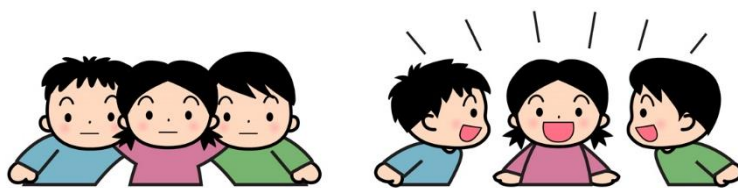
ぐっすりすいみん・しっかり食事・元気に  
運動は必須です。

### 4.加湿と換気



すこ 少しでも窓を開けて風の通り道をつくり  
ましょう。

### ソーシャルディスタンス



ちか 近すぎに注意です！

※ 冬でも空気が乾燥していたり、汗をかかないため、のどの渇きに気が付かなかったりして脱水症状を起こしていることがあります。こまめに水分補給をすることが大切です。

## 保護者の皆様、ご来校ありがとうございました。

学校保健安全委員会 11月12日(土)  
「子どもとの関わり方 ～心の発達の成長とともに～」  
講師:スクールカウンセラー 平岡 志保 様

学校保健安全委員会のご参加ありがとうございました。スクールカウンセラーを知っていただく機会になったと思います。講演だけでなく、講師への質問では、これまで平岡先生が相談を受けた内容も紹介していただき、とても好評でした。

本校では、月に1～2名の保護者面談を行っております。相談内容はお子さまの人間関係のことや心理的不安など様々です。相談希望の方は担任または養護教諭までご連絡ください。



### アンケートより

#### 意見・感想

- ・講演会を聞いて日常生活でよくあることばかりでとても参考になりました。まずは、見守りながら、子どもの成長を楽しみたいです。
- ・年齢に応じた子どもとの関わり方にとってもわかりやすく、これから役立ちそうです。
- ・ほめ方、しかり方など詳しく知ることができてよかったです。その子のものさしで成長を評価することを心がけたいです。
- ・講演を聞いて、日頃の子ども接し方、声のかけ方など改めて考えさせられました。子どもが成長とともに反抗期など今からたくさん悩まされることもあると思いますが、成長しているんだと見守っていきたいです。
- ・生活チャレンジ週間の取組について、我が家のことしかわからなかったの、周りはそうなのかと参考になりました。

🔔🌟🌟🌟🌟🌟🌟🌟🌟🌟🌟  
**2学期の乗室者の人数** 🌟🌟🌟🌟🌟🌟🌟🌟🌟🌟

けが **209**人 病気 **98**人 合計 **307**人

( 12/5現在 のべ人数 )

### ～保護者の皆様へ～

保護者懇談会で「2学期 成長測定結果のお知らせ」と未受診の人には「病院受診のお知らせ」を配付いたします。よろしくお願いいたします。

お子さまの健康面で相談がありましたら、保健室にお声かけください。