

令和5年12月19日 镇市立横路小学校 保健室



今年もあとわずかになりました。みなさんにとって今年はどんな1年でしたか?横路小学校は、新校舎が完成するとともに創立100周年を迎えました。引っ越しして、正門からの登校が始まり、運動場が元の広さにもどって外遊びも十分できるようになりました。また、落成式や記念行事など貴重な体験ができた1年でしたね。よころっこのみなさんは本当によく頑張って成長してきたなと思います。

冬休みも元気に過ごしてくださいね。3学期の始業式に会えるのを楽しみにしています。

感染症に気をつけて~すこやかに新年をむかえよう~

現在具市では、「喉が痛い」「咳が出る」「鼻水が出る」これら3つの症状のいわゆる「かぜ」とともに、「インフルエンザA型(2種類)」「アデノウイルス感染症」「溶準菌 意染症」「新型コロナウイルス感染症」そして「感染性胃腸炎」など、とてもたくさんの 種類の感染症が流行しています。もしこれらの感染症の診断を受けた場合は、すみやかに学校へ 連絡してください。

いずれも予防は、基本的なことを適切に続けていくことです。

右什んで手洗い	碳エチケット	部屋の換気	光ごみを遊ける	規則正しい生活
こまめなうがい	(マスク)	十分な湿度		休養と栄養
				スケジュールを 過密にしない

感染症名	治ゆ通知書	出席停止期間
季節性インフルエンザ	必要なし	発症目から5首かつ解熱後2首が経過するまで
新型コロナウイルス	必要なし	発症目から5目かつ症状が軽快した後1日を経過す
感染症		るまで
その他	必要	(感染症の種類による)
アデノウイルス感染症	(横路小HP	医師が <u>懲</u> 薬の恐れがないと認めるまで
落連菌感染症 など	→証明書)	

横路小学校の



.....

12月7日(木) 全校朝会で、動画視聴しました。
「よころっこのけがを少なくしたいな」
「安全な学校で、安心して生活したいな」という
気持ちで、保健委員会が横路小学校の安全と危険を
見つける活動を行い、発表しました。



集中下足で

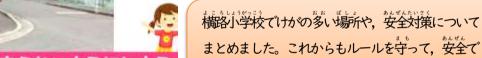
4コマまんが風ストーリー

どうすればよかったでしょうか?

集中下足はたくさんの人がいます ボールであそばず、まわりをよく 見てあるきましょう

よころっこ安全点検

- ○学校には安全のための仕組みがたくさんある
- ○先生が定期的に安全点検をしている
- ○自分たちが点検して, ひび割れやぐらつきを 見つけた
- ★これからも,けがを防止するという意識をもって,安全や危険を見つけていきたい



登下校



登下校は走らないようにしよう

is to the second of the second

。 溪も・・・カーテンをあけて 朝日を感じよう。

朝日には、体内時計をリセットする効果があります。 冬の朝は寒いので、部屋の温度を上げておきましょう。 すっきり自覚めると、気持ちのいい1日のスタートになります。



家族と「おはよう」



顔をあらって



安心な学校生活をおくりましょう。

用づけんを食べて



さなかもスッキリ



🎇 よころっこの体力つくり 🥻





【握力アップにチャレンジ】

昨年度から、動画を見たり、ハンドグリッ プで遊んだりして、握力をきたえてきま した。今年度、2回目の握力測定を行い ます。前回よりアップしましたか?



スポーツ委員会が動画を作りました!



【体育手帳について】

昨年度まで、縄跳びなどの体育の記録を つけていた体育手帳ですが、本年度からは、 学校では使用しないこととなりました。

既に返却している学年もありますが、2学 期末を目安に2年生以上の皆様にお返しい たします。

お子様の今後のスポーツライフにご活用 ください。



【優勝めざして!クラスマッチ】

12月どのクラスでも、体育や休けいの時間に、 たが、 長なわをがんばる姿が見られます。今年度は. 途中経過を掲示や放送で紹介しています。 さあ、自己ベストを高めていきましょう

からだも心も元気になろう

〇 弟は寒いせど… 〇

こころもぽかぽか大作戦

ふわふわ言葉を使う

「ありがとう」や 「天実実?」「いいね」と 言われた人も言った人も こころが温まるよ



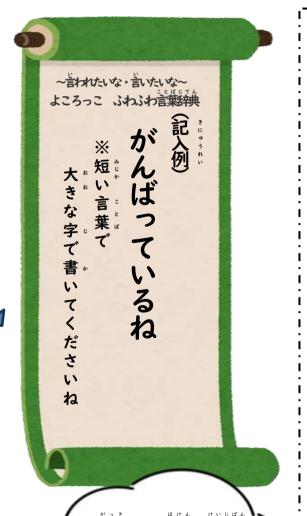
いいところを 探してみる

友だちや自分のいいところに 目を向けてみよう。 イライラする気持ちも 落ちつくよ



よころっこ ふわふわ言葉辞典を作ってみよう!

やさしい言葉、ほめる言葉、勇気づける言葉、感謝の言葉・・ 心があたたかくなるような言葉がたくさんありますね。 あなたはどんな言葉を言ってもらいたいですか? 大好きな家族や友達にどんな言葉をかけていますか? たくさん集めて、よころっこふわふわ言葉辞典を作りましょう!



3学期から、保健の掲示板の ところに、応募用紙をおきます。 ふわふわ言葉を書いて、 ポストに入れてくださいね!

