

# ほけんだより 12月

西郷小学校  
保健室 No.9  
R2. 12. 11(金)



2学期も残りわずかとなり、クリスマスやお正月など楽しいイベントが盛りだくさんの冬休みがもうすぐです。師走の忙しい時期ですが、落ち着いて生活し1年間の締めくくりができるといいですね。

佐賀県の学校では、現在インフルエンザの発生が1件もないようです。これは新型コロナウイルス感染症予防のために呼びかけられている「せっけんでの手洗い・うがい・換気・マスク着用」がきちんとされている成果だと思えます。学校など集団生活の場で流行する感染症は「せっけんでの手洗い・うがい・換気」でほとんど予防ができます。残り2週間、気をゆるめずに引き続き予防に取り組みしましょう。

## インフルエンザは

### こうしてうつります

かつ ほけんもくひょう  
**12月の保健目標** 

ふゆ びょうき き  
**冬の病気に気をつけよう**

せきやくしゃみをしているときはマスクをして、まわりの人にうつさないように気をつけましょう。

#### ひまつがんせん 飛沫感染

よぼう 予防するには

#### せつしよくがんせん 接触感染

よぼう 予防するには



せきやくしゃみでとびちった飛沫を吸い込む。



マスクや咳エチケット。うつさないことも大事。



ウイルスのついた物を触った手から口や鼻に入る。



手をよく洗ったり、アルコールで手や指を消毒。

## ☆ 清潔検査 ☆ 11月の結果(5回実施)



まいしゅうげつようび おこな 毎週月曜日に行っている清潔検査の結果をお知らせします。

じぶん の生活を振り返りましょう。西郷小 208名のうち、**わすれた人の数**を載せています。

ちょうさび 調査日	は 歯みがき	つめきり	うわぐつ	ハンカチ	ティッシュ	あさ 朝ごはん
11/2	2人	8人	0人	15人	23人	1人
11/9	7人	17人	9人	10人	24人	1人
11/16	4人	8人	3人	15人	16人	0人
11/24	4人	5人	5人	17人	25人	1人
11/30	2人	6人	1人	12人	17人	0人
けい 計	19人	44人	18人	69人	105人	3人

せんげつ へ 先月より減っています。ティッシュ忘れが多いので、ランドセルに一つは準備をしておきましょう。

# とり 鳥インフルエンザってなあに？

人の間で流行するインフルエンザは、38度以上の高熱、全身のだるさ等の症状があります。感染したことがある人も多い有名な感染症です。

鳥インフルエンザとは、主に鳥の間で感染する感染症で、野鳥観察などの通常の接し方では人に感染しないと考えられており、日本では発症した人は確認されていません。

動けなくなった小鳥や小動物を助け、保健室へ診せにきてくれる、やさしい心をもつ西郷小のみなさん。もし傷ついている動物を見つけたら、さわらずに近くの大人や先生に知らせてくださいね。



## やくそく

- ① 亡くなっている野生の動物（鳥も含む）には、素手でさわらない。
- ② 野生の動物のフンなどにふれた後は、手洗い・うがいをする。
- ③ 野生の動物に近づきすぎない。
- ④ 野生の動物を追いかけたり、つかまえたりはしない。

先日、4年生保健の授業で「体の成長・体の中でおこる変化」の単元で、「思春期における男子、女子、男女に共通する体の変化」を分類、「体の成長には必ず個人差がある」という学習をしました。

男女ともに双方の体を学習することは正しい知識を得るとともに、お互いをいたわる気持ちが育つと考えます。また、この学習を期にご家庭で体のことや下着についてのお話しをされるのもいいかと思います。



# まちがいがし

おうちの人といっしょにやってみましょう！

こたえは保健室前に掲示します☆

☆☆☆☆☆☆まちがいは7つ。全部見つけることができるかな？☆☆☆☆☆☆



ふゆやす あたた いえ なか す

おお

冬休みは暖かい家の中で過ごすことが多くなるのではないのでしょうか。外でたくさん遊んで体を温めましょう！

そと

あそ からだ あたた