

げんきいっぱい



令和5年 12月 22日

ほけんしつ No. 10

うちのひととよんでね

さむいけど、うんどう!びょうきをよぼう

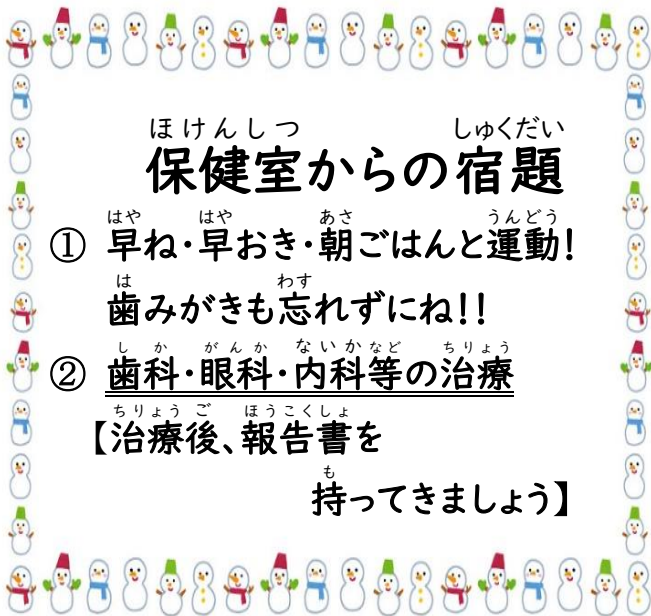


あしたから冬休みですね!!2学期は、市内でインフルエンザが流行し、小野小でも多くの人がかかり、学年閉鎖もありました。これからクリスマスやお正月と楽しいことがいっぱいありますが、外が寒いとつい家の中でダラダラ・ゴロゴロしがち。あまり動かないと夜おそくまで眠くならず、寝る時間・起きる時間がバラバラに。さらには、おやつ・おもちの食べすぎで・・・体がピンチ!そうならないよう、休み中は

もちろん、休み明けも元気に健康にすごせるよう、規則正しい生活リズムをおくみましょう。それが、免疫力が落ちない秘けつです。



NOメディアタイムを作ろう!



ほけんしつ 保健室からの宿題

① 早ね・早おき・朝ごはんと運動!

歯みがきも忘れずにね!!

② 歯科・眼科・内科等の治療

【治療後、報告書を
持ってきてきましょう】

ふゆやす あ ぎょうじよてい 冬休み明けの行事予定

3学期がはじまってすぐ発育測定があります。

1/10(水) 1~3年生

1/11(木) 4~6年生

* 体育着(半そで・ハーフパンツ)を
わすれずに着てきてください。

* かみ型に注意しましょう。
(頭のとっぺんや
後ろでしげらない)



ふゆやす 冬休みは 治療の チャンス!



ふゆやす 冬休みに治療して 新学期をむかえよう!

とくにむし歯は...

ほつ 放っておいても自然には治りません!

【う歯】の治療が済んだ人がほとんどですが、すべての学年が受診率100%(むし歯0)になるようにご協力よろしくお願ひします。(あと、全校で数名です)



健康診断の結果から、病院で診察や治療が必要な人には、「受診のおすすめ」を渡しています。受診済の人がお多くなってきましたが、まだ歯科・眼科・内科・運動器等の治療がおわっていない人には、再度「受診のおすすめ」を今週出しています。できるだけ早めの受診をお願ひいたします。

～ 受診がおわったら、受診報告書をぜひ学校に提出してください ～



がつついたち せかい
12月1日 世界エイズデー
(World AIDS Day)がありました



今年も保健室前には、児童保健委員さんに手伝ってもらい、レッドリボンを飾りました。エイズは、「HIV」というウイルスによって起こる感染症です。HIVは感染する力は弱いため、普段の生活の中でうつることはありません。でも、完全になおす薬はなく、必要以上にこわがられるなど病気が正しく理解されず差別が生まれています。

レッドリボンには、エイズに関して偏見(偏った見方)をしない、エイズとともに生きる人々と差別・仲間はずれにしない、みんなと違うあつかいをしたりしない、エイズになってしまった人々と

支え合って助け合っていきます、というメッセージがこめられています。

冬休みを健康で安全に過ごすための 約束

| | | | |
|---|---|--|--|
| <p>せいりつむをくずさない 生活リズムを崩さない</p>  <p>きそくただせいりつむが 規則正しい生活習慣が げんきひけつ 元気の秘訣だよ</p> | <p>いえでもかんせんしょうたいさく 家でも感染症対策</p>  <p>てあらかんきかんせんしょう 手洗いや換気で感染症の よぼうつづ 予防を続けよう</p> | <p>すこすこでもまいにちちうんどう 少しずつでも毎日運動</p>  <p>からだうごかすときもちも 身体を動かすと気持ちも リフレッシュできるよ</p> | <p>くらくなるまえにいえかえ 暗くなる前に家に帰る</p>  <p>がいしゆつ 外出するときは家の人に かえじかんつた 帰る時間を伝えておこう</p> |
|---|---|--|--|

【保護者の皆様へ】

冬休みに入ってからインフルエンザと診断をされた場合、3学期始業式までに治癒すれば出席停止とはなりません。ですが、お子さんの健康状態を把握させていただきたいため、発熱や診断された場合は、まず電話等で学校へ連絡してください。学校の閉庁日、夜間、土日は、onosho623004@gmail.com にメールを送信してください。陽性と診断された場合は、インフルエンザの型についてもお知らせください。



富岡保健福祉事務所 HP
[管内の感染症流行状況について]



群馬県 HP【衛生環境研究所】
群馬県感染症情報
<https://www.pref.gunma.jp/page/3296.html>
こちらからは、県内の感染症情報がご覧になれます。現在、週報第50週の報告ができています。