

ほけんだより

児童数



令和4年12月19日

練馬区立豊玉第二小学校

校長 坪倉 一雄

養護教諭 齋藤 裕子

ひるま ひ あたた 朝晩は冷えますね。冷たい北風が吹くようになりました。
教室は換気しますので座席によってはかなり冷えています。暖かい下着を着る・上着を持参
するなど工夫してください。規則正しい生活を心がけ、体調管理しましょう。

ほけんもくひょう
12月の保健目標

ふゆ けんこう す
冬を健康に過ごそう

おお 大そうじ の季節です

よごれた部屋ですと



体の調子が悪くなる

きれいな部屋ですと



健康でいられる

まわりの環境と健康はつながっています。健康のためにも
おお 大そうじにトライ!

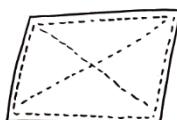


大そうじの道具

ほうき



ぞうきん



せいり



これらは学校のそうじの時間にやっているので、お家でもできますね。もっとがんばれそうな人は、あみ戸やお風呂のそうじなど、できることをお家の人と相談してやってみましょう。

学校でも、12月22日が大そうじです。身の回りの整理せいとんをしっかりとやりましょう。

保護者の皆さんへ

今年も健康観察票での、体温確認・健康チェックありがとうございます。毎日のことで、大変だと思いますが、来年度も引き続き感染症対策への御協力をお願いいたします。
来年は、新型コロナウイルスも落ち着き終息に向かうことを願っています。

あったか〜い が やけど に?!

12月に入り、きびしい寒さになりました。エアコンやヒーター、ストーブのほかにも、コタツに電気毛布、ホットカーペット、湯たんぽ、使いすてカイロなどがかつやくする季節ですね。

これらは火を使わずにあたたまることができ、わりと安全と感じるかもしれませんが、でも、そこに思わぬ落とし穴が！ 熱くないと思っても、長い時間からだに直接あてたままにしていると、自分でも気づかないうちに重いやけどになってしまうことがあるのです。これを「低温やけど」といいます。

服やタオルの上からあてたり、タイマーをセットしたり…低温やけどにならないようにじょうずに使えば、寒さを乗りきる強い味方になってくれますね。



答えは、保健室の
掲示板上にあります。

7つの ちがいを さがそう!!

