

# ほけんだより NO.10



令和5年2月24日  
練馬区立旭町小学校

## 令和4年度 ハンカチ・ティッシュ調べ結果発表

1・2ねんせいはおうちのひとといっしょによんでね



児童保健給食委員会の応援メッセージが届いたのでしょうか。  
クラスによっては、携帯率が2倍以上アップしていました。がんばりました！

手を洗った後、  
つつい、やっ  
ていませんか。

## プルプル族にご注意！



あなたは手を洗った後、ハンカチでふいていますか？最近、ハンカチを持っているのに使わず、手をプルプルふって周りにしぶきを飛ばしている人を見かけます。せっかくハンカチを持っているのもったいない話です。ハンカチを使って手をふきましょう。

ほかに、こんな人たちが...



カーテンでふきふき。



洋服でふきふき。



かみの毛につけてねぐせ直し。

## 冬の皮膚トラブルへの予防と対処



【乾燥肌】ていねいに皮膚の保湿をして、部屋は加湿する。



【しもやけ】手洗後はしっかりとふき、外出時は手袋で保温。



【低温やけど】カイロは直接肌にはつけず、下着の上から貼る。