

平成27年1月9日

家庭
数配
布



練馬区立大泉北小学校

保健室

あけましておめでとうございます。お正月は家族で少し夜更かしをしたり、親戚が集まってワイワイしたり、楽しいことがいっぱいだったのではないのでしょうか。

でも、生活リズムが乱れがちになっている人はいませんか？そろそろ元にもどきたいですね。

早寝・早起きを心がけ、しっかり朝ごはんを食べて登校するようにしましょう。



冬休み中のけが・病気 (学校感染症) についてお知らせください

冬休み中、大きなけがをしたり、学校感染症にかかったりした方は下記の票を切り取り、提出してください。

【主な学校感染症】

インフルエンザ・麻疹・風疹・水痘（水ぼうそう）・流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）
咽頭結膜熱（プール熱）・溶連菌感染症・感染性胃腸炎・手足口病・伝染性紅斑（りんご病）
ヘルパンギーナ・流行性角結膜炎・急性出血性結膜炎・マイコプラズマ感染症など

<冬休み中のけが・病気（学校感染症）について>

年 組 氏名 ★傷病名 (期間： 月 日～ 月 日頃)

※インフルエンザについては、A型かB型かのご記入もお願いいたします。

年 組 氏名 ★傷病名 (期間： 月 日～ 月 日頃)

★連絡事項（何かありましたらご記入ください。）

※担任→保健室へ（1月14日（水）提出締め切り）

元気な顔？
かぜひき
さんの顔？

福わらいでクイズ

クイズの答えが...

- ①だと思ったら①のコーナーから、
②だと思ったら②のコーナーから顔のパーツを選んでね！

まゆ毛のクイズ

まゆをひそめる、て
どんな意味？

- ①心配ごとや不快な
ことがある
②おいしいものを
食べてごきげん

目のクイズ

ウイルスは
どこから入る？

- ①鼻と口から
だけ！
②目からも
入る！

鼻のクイズ

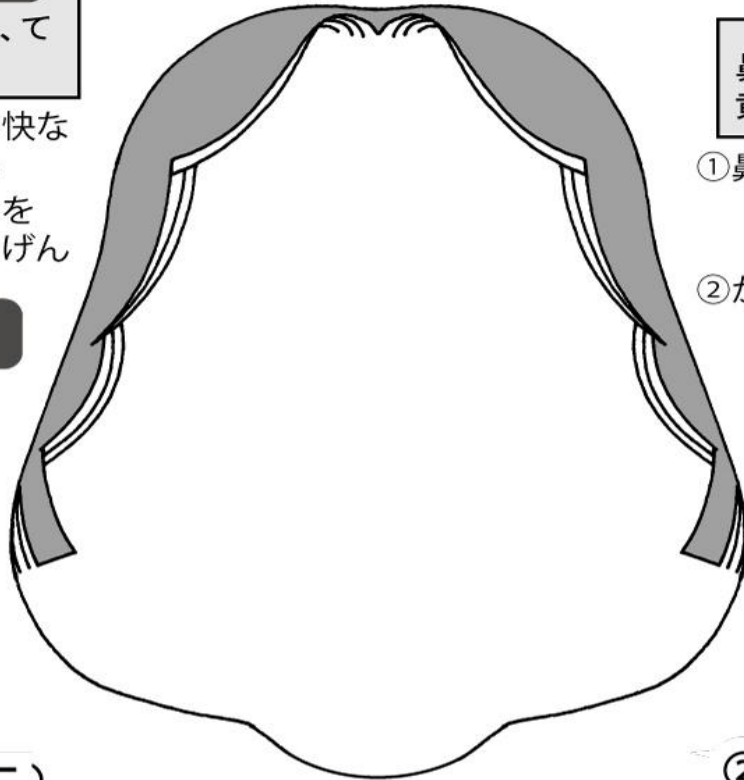
鼻水はなぜ、だんだん
黄色くなるの？

- ①鼻水の中に白血球の
残がいや菌の死がい
が含まれるから
②かぜがなおりかけて
いるサイン

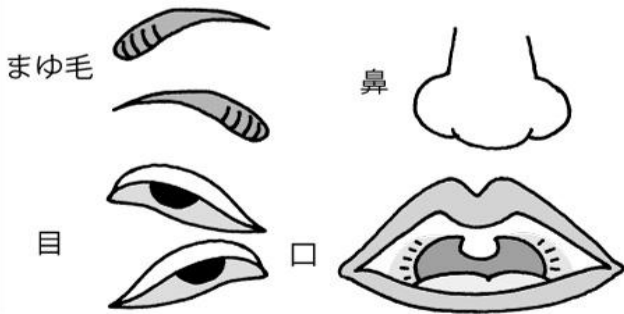
口のクイズ

くしゃみのスピー
ドはどれくらい？

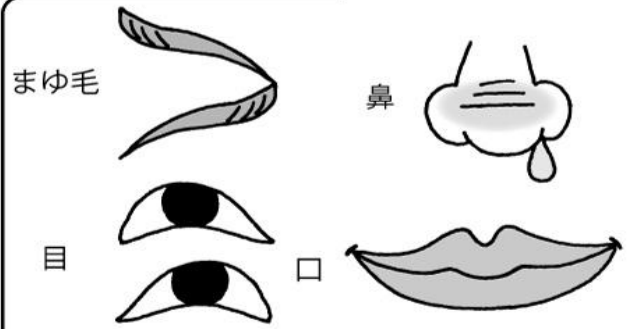
- ①時速約110km！
チーターと同じ位
②時速約300km！
新幹線と同じ位



①のコーナー



②のコーナー



風邪、インフルエンザを予防する6つのポイント



外出するとき
はマスクをつける



外出のあとは
うがい、手洗い



人ごみをさける



換気をする



部屋は温度と
湿度に気をつける



栄養と休養を
じゅうぶんとる

②口 ①唇 ②目 ①のまゆ 鼻 ②のくしゃみ