

ほけんだより2月

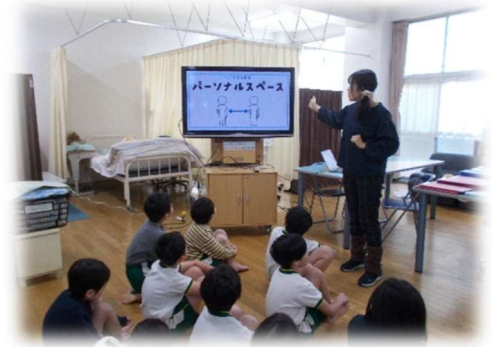
令和7年度 新座市立東野小学校 養護教諭 井上藍

昨年さくねんはインフルエンザ A型がたが流行りゅうこうし、2026年ねんに入りインフルエンザ B型がたが大流行だいいりゅうこうしています。東野ひがしの小学校しょうがっこうでは感染かんせんのピークは過ぎたと思おもいますが、手洗てあらいやマスクちやくようの着用ひなど引ひき続つづき感染症対策かんせんしょうたいさくをお願ねがいします。三学期さんがつきも残のこりわずかです。寒さむさに負まけず、元げん気に過すごしましょう。



身体計測しんたいけいそくの時間じかんを活用かつようし、ミニ保健教育ほけんきょういくを実施じっししました！

- 1年生 たいせつな自分じぶんのからだ～プライベートゾーンしを知ろう～
- 2年生 パーソナルスペース
- 3年生 足育あしいく～靴くつの選えらび方かたを知ろう～
- 4年生 アンガーマネジメント～怒いかりってなんだろう～
- 5年生 多様たような性せいについて
- 6年生 健康けんこうについて知ろう



身体計測しんたいけいそく前まえの時間じかんは、保健教育ほけんきょういくの絶好ぜっこうのチャンス！！学年がくねんに応おうじて、養護教諭ようごきょうゆから伝つたえたい内容ないようを伝つたえました。ぜひお家うちでも、こころとからだの健康けんこうについてお話はなしてください。

乾燥注意報かんそうちゅういほう !!! 乾燥かんそうにともなう健康課題けんこうかだい

感染症かんせんしょうにかかりやすくなる

肌トラブルはだかんそうはだ(乾燥肌かんそうはだやかゆみ)

バチッと、静電気せいでんきに注意ちゅうい



雨あめが少すくなく、空くう気が乾かん燥そうしているため、お肌はだのかゆみやしもやけ、あかぎれになっまっている子こがたくさんいます。お肌はだのトラブルで、保ほ湿しつクリームでは治なおらない場合は、皮ばあ膚い科ひふかを受診じゆしんし、治ちりよう療ひつようが必要てきせつです。適くすり切なおな薬つかを治つかるまで使つかいましょう。

けんこういいんかいかつどうほうこく 健康委員会活動報告

① 児童集会にて健康委員会の発表をしました♪

みんなで伝えたいことを考え、チームごとに発表原稿や

掲示物を作成し、発表しました。健康委員会で1年間

頑張ってきたことをみんなに伝えることができました。



○クイズ紹介○

Q けがをしたとき、保健室に行く前にすることは何？

- ①先生に伝えてから行く ②先生に伝えて、傷口を洗ってから行く ③そのまま行く

正解は… ②先生に伝えて、傷口を洗ってから行く。

Q 手を洗うときに使うものは何でしょう？

- ①石けん ②コーラ ③スライム

正解は… ①石けん

石けんで洗うと、よごれをしっかりと落とすことができます。

石けんを泡立てて、指の間や爪の先までしっかりと洗うようにしましょう。

Q 手を洗う理由は何でしょう？

- ①ばい菌や汚れを落とすため ②風邪を予防するため ③手洗いの歌を歌うため

正解は…全部！見えないけれど、手には病気のもととなるウイルスがついています。ご飯を食べる前やトイレに行ったときは、しっかりと手を洗いましょう。

② 身だしなみ清潔点検の取り組み：2月2日(月)・2月9日(月)・2月16日(月)

3学期の活動で、身だしなみ(ハンカチ・ティッシュ・つめ)清潔点検をしています。インフルエンザなどの

病気にかからないために、清潔なハンカチ・ティッシュの準備、ケガの予防のためにつめを短くしましょう。



《ハンカチ》

洗濯されたキレイなハンカチを準備しよう。



《ティッシュ》

ポケットティッシュで点検をします。持ち運びができるように準備しよう。



《つめ》

手のひら側から見て、爪が1mm以上出ていると爪が伸びている。深爪にならないように、爪の白い部分を少し残して切ろう。



