2023.1.11(水) 高尾小学校 保健室

2023年がスタートしました。今年はどんな1年になるのか、とて も楽しみです。まずは、健康第一に過ごしましょう。

さて、コロナウイルスの感染状況は一向に落ち着きませんが、感染対 策を心掛け、体調がすぐれない場合には、登校を控える等ご協力をお願 いします。インフルエンザも流行期に入っていますので要注意です。

まずは、より規則正しい生活に切り替えるためにも、来週は「きらき らカード」の取組となっています。ご家庭でのお声掛けをお願いします。

3学期の身体測定について

本日から身体測定を実施しています。結果は、3学期の終業式に 1年間の成長の記録として配付します。なお、6年生は、小学生最 後の身体測定となります。卒業の際には、6年間分の『成長の記録』 を保健室から一人ひとりにお渡しします。

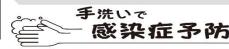
たいちょう 今日の体調は?







- □ 痛いところはない?



よぼう

リイル、
泉がすぐれない。。
フルエンザも流行期に入
規則正しい生活に切り替えるために
組となっています。ご家庭でのお声掛けをの。

シ身体測定について

外体測定を実施しています。結果は、3学期の終業式に
長の記録として配付します。なお、6年生は、小学生最定となります。卒業の際には、6年間分の『成長の記録』

ラー人ひとりにお渡しします。
はついつい水分補給を忘れがち。
でも、体が水分不足で乾いてしまうと、カゼをひきやすくなります。

「線毛」と呼ばれる小さな毛のようなものが

なんまる。
でも、体が水分不足で乾いてしまうと、カゼをひきやすくなります。

「線毛」と呼ばれる小さな毛のようなものが

なんまる。
「線毛」と呼ばれる小さな毛のようなものが
なんまる。
「なんまなどからないでも、本がながったアイルスは、粘膜でキャッチ

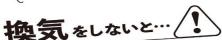
リ込み、カゼをひきやすくなってしまうのです。

しましょう。



AND THE TENED THE TENED THE TENED THE PROPERTY OF THE PROPERTY

1月の保健目標は「空気のいれかえをしよう」です。(保健教育として身体測定時に指導します。)



体調不良になりやすい

空気中の二酸化炭素の量が多くな ると、頭痛や吐き 気、息苦しさなど が現れることがあ ります。

感染症にかかりやすくなる

なります。カゼな どの感染症を引き 起こしやすくなり ます。



アレルギーを発症するかも

ホコリやダニ、カビなどがたまる と、吸い込んで アレルギーを発 症する可能性が あります。