

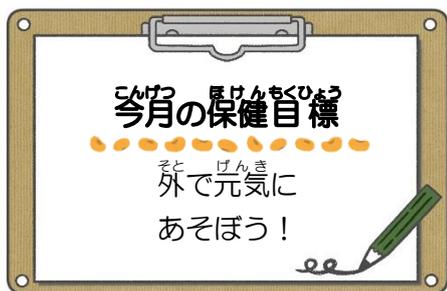
# ほけんだより 2月号

宇都宮市立泉が丘小学校  
令和7年2月4日  
No.11

新しい1年が始まってからあっという間に1か月が過ぎ、2月になりました。

2月3日に立春を迎えました。暦の上では春の始まりを意味しますが、まだまだ寒さにも気をつけたい時期です。かぜや感染症にかからず、元気に春をむかえられるといいですね。

また、2月ごろから花粉が飛び始めます。花粉症の人もそうでない人も、マスクや花粉予防メガネなどで早めに対策をして予防していきましょう。



外で遊ぶと、体や心にこんないいことがあるよ！

体力・運動能力が向上する 危険を感じる能力が身につく

近視になりにくくなる ストレスが軽減する

骨がしょうぶになる 脳が活発になり学習能力が向上する

## 【 衛生チェック週間を実施しました！ 】

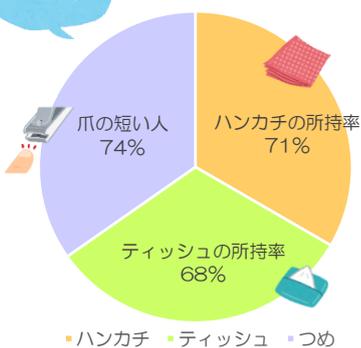
12月16日～20日と1月20日～24日の5日間、2回の衛生チェック週間を実施しました。

衛生についての意識を高めること、健康な生活に必要な衛生習慣を身につけることを目的としています。

1回目と2回目のチェックの結果をまとめてみました。ふりかえりをしながら読んでみてくださいね。

### ハンカチ・ティッシュ・つめのチェックについて

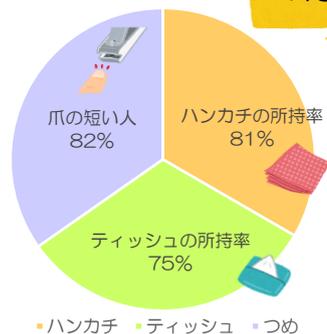
12月



結果を比べてみると、1回目よりも2回目のほうが全体的に数値が高くなっていました。

このことから、ハンカチ・ティッシュを持つ、つめは短く切る意識がもてるようになったと感じました。身につける習慣になるともっといいですね。

1月



### 手洗いチェックについて

衛生チェックにあわせて、12月16～20日、1月21～24日の2週間、手洗いチェックカードを配付しふりかえりをしました。

	1月 20日 (月)	21日 (火)	22日 (水)	23日 (木)	24日 (金)
薬間と昼休み	X	X	X	X	○
給食の前	○	○	○	○	○
トイレの後	X	○	○	X	○

休み時間や授業で校庭から教室に入る前に手を洗う児童はとてすくなく、給食の前やトイレの後は水だけで手を洗っている児童が多くいることがわかりました。石けんを使って手のすみずみまで時間をかけて洗うことが大切です。普段から意識して手を洗いましょう。

# 【6年生 薬物乱用防止教室を実施しました！】

1月9日（木）に、6年生を対象に薬物乱用防止教室を実施しました。警察本部・宇都宮東警察署から4名の講師を迎え、薬物の恐ろしさについての講話とDVD視聴、誘われたときの断り方についてのロールプレイ、薬物の標本の見学などを行いました。



## 児童の感想から

体だけでなく心にも大きな影響を及ぼしてしまう薬物の恐ろしさをしっかり学ぶことができた。薬物には絶対に関わらないように、ルールを守ることと規則正しい生活をしていこうと思った。薬物に誘われたら、きっぱり断って、善悪の判断ができる人になりたい。10代の子どもによる薬物乱用が増えていることを知って、薬物乱用を身近に考えておこうと思う。病院から出た薬や薬局で買った薬でも、方法や量を確認してから飲むように気をつけたい。



## 【保健委員会からのお知らせ】

1月22日（水）から、「あるもの」を使った手洗い実験をスタートしました。外から帰ってきたとき、ごはんを食べるとき、トイレに行った後、忘れずに手を洗っていますか？ 汚れや目には見えない菌が手にどのくらいくっついてるのか、保健室のろうかに掲示していくので見てみてくださいね。



## 保護者の方へ

本校の感染症状況は、1月中旬から後半にかけてインフルエンザなどによる欠席児童が減少してきていますが、インフルエンザ B に罹患した児童もみられます。また、宇都宮市ではインフルエンザやコロナウイルス感染症への罹患者が特に多く、まだ油断できない状況になっています。

保健室では、感染症予防の基本として手洗い・うがいとともに、水分補給の声かけをしています。「冬だから水筒は持ってきていない」「喉が渴いていないから飲まなくていい」などの声をよく耳にしますが、水分補給をしないと頭痛などの症状にも関係することがあります。ご家庭でもお子さんへの声かけや水筒を持ってくることなど、健康管理へのご協力をお願いいたします。