

ほけんだより 2月

No.11
2月3日
保健室

《保護者のみなさまへ》お子さまと一緒に読みください。

冬休み明けの海道小のインフルエンザ感染者は0人です。お茶でうがいをしていたり、あわあわ手洗いの歌に合わせて手を洗っていたりする様子が見られます。一人ひとりが自分の健康を守ろうとしている意識が立派です。まだ宇都宮市内ではインフルエンザが流行っている地域もありますので、引き続きかぜ予防をしっかりしていきましょう。



第1回 清潔週間ハンカチチェックの結果

1月20日～1月24日は毎日各クラスで担任の先生にハンカチチェックをしてもらいました。今回最もハンカチを持って来ていたクラスは**5年1組でした！**

なんと5年1組はこの1週間全員が毎日ハンカチを持って来ていたのでハンカチ持参率**100%でした！素晴らしいです！！**

手を石けんできれいに洗い、ハンカチでしっかり拭くことは、「すっきりして気持ちがいい」ことを体感し、このことを習慣にしたいと思います。

★ 第2回は、2月3日(月)～2月7日(金)です。



保健・給食委員会の活動の様子

各クラスに手洗い指導に行きました！

食パン実験の結果は…



手洗いDVDを作成しました！
あわあわ手洗いの歌を覚えましょう。



給食前に「あわあわ手洗いの歌」を流します！



学校保健・食育委員会が開催されました。

1月23日(木)の学校保健・食育委員会ではPTA執行部・厚生部・体育部の方々計17名にご参加いただきました。この日の給食は、宇都宮市の特産品を使った「宮っ子ランチ」でした。宇都宮産の里いもを使った里いもコロッケや宇都宮市の郷土料理のかんぴょうの卵とじ汁など、栄養面と色合いのバランスの良いメニューでとてもおいしくいただきました。

そして、今年度の講師は、学校薬剤師の須藤美江子先生でした。

薬の副作用は予測できるが、薬物アレルギーは予測できないため症状が出た時には必ずおくすり手帳に記入しておくこと、服用のタイミングは、定められた時間に飲まない効果がなかったり、副作用を生じたりすること、特に食前の服用は必ず守ることなど大変勉強になるお話をしていただきました。

ご参加いただいた保護者の皆さまありがとうございました。



Let's 体力向上

- ① 背中合わせになって両足を開きます。2人の間にはタオルを置きましょう。
- ② 「せーの！」の合図で、足の間にあるタオルをお互いに片手でとり合います。
- ③ おしりがぶつかったり、ぐいぐいと引っ張られたりしてもバランスを崩さないようにします。
- ④ 足を動かしてしまったほうが負けです。



豊郷地域学校園健康推進部会より

目の愛護ポスター入賞作品発表！

今年度も夏休みの課題として、皆さんから作品を募集しました。審査の結果、各校代表1点を「優秀賞」と決定しました。各学校の入賞作品は以下の通りです。

本校は、6年小林実命さんの作品が選ばれました。
おめでとうございます。



豊郷中



豊郷中央小



海道小



豊郷北小

4校の入賞作品は、順番に各学校で展示します。

(11月:豊郷中, 12月:海道小, 1月:豊郷中央小, 2月:豊郷北小)