

ほけんだより

2021 年 12 月号, 西が岡小学校

こんげつ もくひょう そと あそ 今月のほけん目標 「外で げんきに 遊ぼう」

たいりよく げっかん うんどう まいにち
体力づくり月間の運動, 毎日がんばっていますね!!
せんせい
先生もほけんしつから応援していますよ。

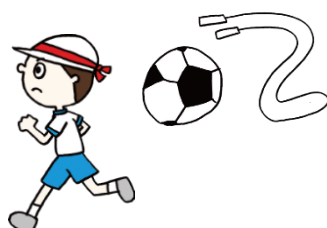
うしろは おうちの方への
お知らせです。
よ
読んでもらってね!



ちから ばわ - あつぷ だいさくせん ウイルスとたたかう力 Power Up 大作戦



てきどに うんどう 運動する



やっぱり たいりよく 体力をつけるのが一番!!
やすみ時間や昼やすみは外にでよう♪
まいにち ひる すこしずつ鍛えて, いつウイルスが からだ 体には
はいつてきてもたたかえる ちから 力をたくわえて!!

えいよう をとる

かたよりなく
なんでも食べる



わら う 笑

ふんとかい
ふんとかいー!!



ともだちと, かぞくと,
いっしょに わら 笑おう♪

あたた める



お部屋がさむくても, からだ 体をあたため
る工夫をかんがえてみよう



～ ほけん室へようこそ ～

「ほけん室の先生にむいているね!!」と言われたことありませんか?

ほけん室のようすを見ていて, 先生はたまに言うことがあります。

ぐあいが悪い人, けがをしてきた人, 悩みがあって気もちが落ちこんでいる人が来ると, たまたまいあわせた人が, やさしい言葉やはげます言葉をかけてくれたり, おもしろいことをして笑わせようとしたり, ときには「どうしたの?」と話を聞いてくれたり…。そんな思いやりのある行動ができる人が, 最近とくに増えてきたように思います。(6年生が多いかな?)

ほけん室の外でも, 西が岡小のあちこちで, きっとそんなやさしいミニほけん室の先生がいるのかな～と想像すると, 先生はうれしくてニッコリしてしまいます(*^^*) ミニほけん室の先生, これからもよろしくね☆

～ おうちの方へ ～

治癒証明について ～インフルエンザ～

昨年度はインフルエンザの流行が見られませんでしたでしたが、今年はコロナウイルスとの同時流行も心配されています。くれぐれも**予防&早期発見**に努めていただければと思います。

さて、インフルエンザの場合の出席停止について、改めてお知らせしますのでご確認ください。

○出席停止期間 発症後5日を経過し、かつ、解熱後2日を経過するまで（以下の表参照）

○治癒証明 「インフルエンザ経過報告書」 ←学校 HP に様式が載っています

最初の受診の際に医師に記入してもらい、その後の経過を保護者が記入することで
再受診せずに登校できます。



西が岡小
ホームページ



経過日数 発熱期間	0日 (発症した日)	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日
2日間	××	××	☺	☺	☺	☺	登校可	
3日間	××	××	××	☺	☺	☺	登校可	
4日間	××	××	××	××	☺	☺	登校可	
5日間	××	××	××	××	××	☺	☺	登校可



発熱



解熱



登校可

※「発症した日」は発熱した日をさします。

薬物乱用防止教室 がありました（6年生）

本校薬剤師の田口先生、他9名の薬物乱用防止指導員のご指導のもと、**薬物乱用の恐ろしさ**について学び、**誘われた時の断り方**を練習しました。

実施後のアンケートでは、この授業をきっかけに家族で話し合ってくださいご家庭が多いことが分かりました。詳しい内容は保健室掲示板にお知らせ予定ですので、来校の際にご覧ください。

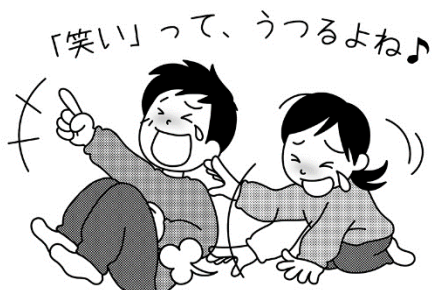


笑うと幸せと元気がやってくるんだよ

免疫力アップ

幸福感

鎮痛作用



記憶力アップ

ストレス軽減

筋力アップ

広がってほしいのは…
病気や恐れではなく

笑顔！！

