

ほけんだより 2月

令和8年2月
田原西小学校
保健室No.13

寒い日が続いていますが、2月4日は「立春」ということで季節は少しずつ春へと近づいています。
6年生は卒業までのカウントダウンが始まりました。小学校での思い出をたくさん作ってください！

元気が出ないときの対処方法は…

「何だか元気が出ないなあ…」というときもあると思います。
そんなときの対処方法の例を紹介します。いくつか試してみて、
自分に合うものをぜひ見つけてみてください。



2月は寒さが厳しく太陽の出ている時間（日照時間）が短いので、気分が落ちこみやすくなると
言われています。自分なりの気分転換の方法を見つけられるとよいですね！

感染症のおしらせ

田原西小学校の10月～1月までの感染症の
様子です。運動会前11月はインフルエンザが
流行しましたね。1月に入り、「感染性胃腸炎
(ノロウイルス)」が少し増えました。

冬は空気が乾燥し、様々な感染症が流行しや
すい時期です。

引き続き、衛生に気をつけて生活しましょう！

