

ほけんだよ!



名古屋市立豊岡小学校
令和4年度 12月号



寒くなり、かぜやインフルエンザが流行する季節になりました。新型コロナウイルス感染症の対策も見直し、自分にできる感染症対策をしていきましょう。

ウイルスはこんな子たちをねらっている!



好きなものばかり
食べている子



運動しない子



夜ふかしする子

クイズで冬の感染症予防を覚えよう!

冬の感染症は、あっという間に流行することが多く、普段から予防が欠かせません。しっかり頭に入っているか、あらためてチェックをしてみましょう。〔 〕にあてはまることばをキーワードからえらんでください。

①手を洗うときにはすみすみまで洗うことのほか、〔 〕を使うことが大切です。洗ったあとに水気をしっかり〔 〕こともポイントです。



②感染を広げないためには〔 〕をします。鼻と〔 〕をしっかりとのおおいます。



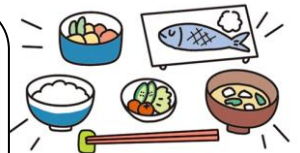
③しめきった部屋の〔 〕はどんどん汚れていき、感染症の原因にもなります。1時間に10分くらい窓やドアを開けて〔 〕をしてください。



④私たちの体には、ウイルスや細菌から体を守る力があります。それを〔 〕といいます。そのためには、十分な睡眠と〔 〕、適度な運動が大切です。

キーワード

しゅっせきていし 出席停止	せっ 石けん	くち 口	ていこうりょく 抵抗力	ゆ お湯	むし歯	なが 流して
にゅういん 入院	えいよう 栄養	マスク	そうじ	やく 薬	すいみん 睡眠	かんき 換気
うんどう 運動	にゅうよく 入浴	ふきとる	べんきょう 勉強	かぜ	くうき 空気	あま 甘いもの



※ 答えは裏面にあります。

<こたえ>

- ①^{せっ}石けん、^{ふき}ふきとる
- ②マスク、口
- ③^{くうき}空気、^{かんき}換気
- ④^{ていこうりよく}抵抗力、^{えいよう}栄養

手洗いを **かんせい** しっかりさせよう!!

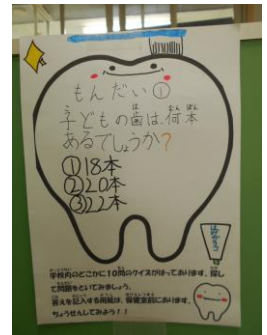


手を洗ったあとに水気をきれいにふき取らないと、よごれやばい菌が手につきやすくなったり、手があれてしまったりすることもあります。せいけつなハンカチを持ち歩き、毎回きちんと手をふいて、『手洗いをかんせい』させましょう。



～歯と口の健康に関するクイズラリーを行いました～

後期健康委員会では、「歯と口の健康に関するクイズラリー」を行いました。健康委員の子どもたちがクイズを考え、校舎内の様々な場所に10問のクイズを掲示しました。子どもたちはクイズを探しながら、問題を考え意欲的に参加する姿がありました。クイズを作った健康委員会のメンバーも、クイズに参加した子どもたちも、歯と口の健康について考える機会をもつことができました。



～思春期セミナーを行いました～

11月25日に助産師の清水ユカリ先生と瑞穂保健センターの保健師さんをお招きし、思春期セミナーを実施しました。今年度より5年生を対象に実施することといたしました。赤ちゃん抱っこ体験や妊婦体験を行い、「男女の性の違い」についても学習しました。また、プライベートゾーンのお話もしていただきました。自分や友達、周りの人たちの命を大切にしていけることを改めて実感することができた授業となりました。



最近心や体について悩んでいた
ので、今日の授業で詳しく知れて
安心しました。



男の子と女の子には体のつくりが
違うし、成長していくスピードも違
うということが分かりました。



～ご協力をお願いします～

11月下旬より欠席者が増加し、新型コロナウイルス感染症と診断される方も増えました。早退をお願いすることもあり、ご迷惑をおかけしています。登校前に熱がなくても急に発熱することがあります。保護者の皆様には、いつでも連絡がとれるようにしておいていただきたいです。4月当初にお知らせいただいた緊急連絡先に変更がありましたら、担任までお知らせください。また、同居している家族に風邪症状があるときは、本人に症状がなくても欠席をお願いしています。お願いすることが多くありますが、ご協力をよろしくお願いします。