

「ほっ」❤️ とする保健室からのほけんだより

令和2年2月6日
第10号
牛島小学校保健室

ほっとけんしつ

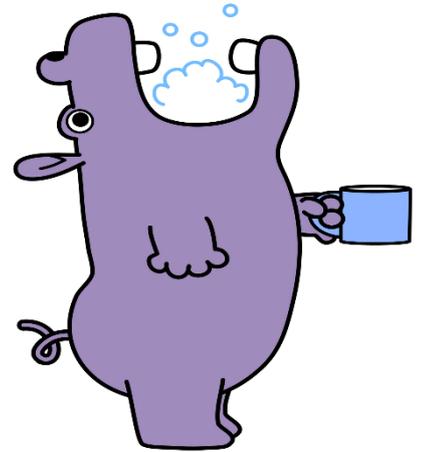
家庭数配付文書

おうちの人とよみましょう

せんもうをきたえて感染症予防しましょう

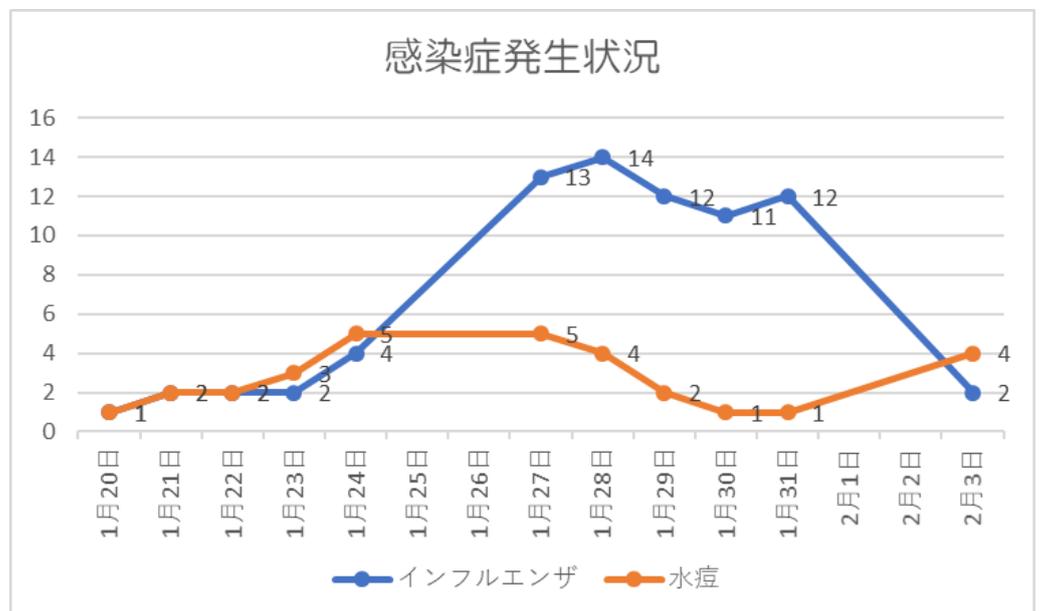
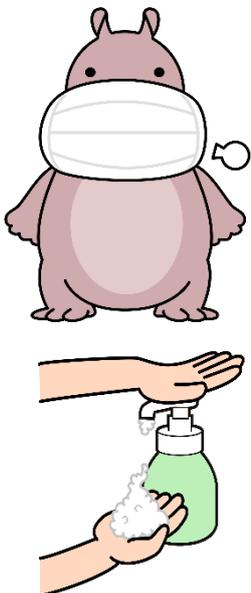
みなさんの体の中にウイルスを入れないよう、のどの奥に「せんもう」というものがある、毛がうごいてウイルスを外に出す仕組みがあります。でも、冬になって、のどの奥が乾燥すると毛が抜けてつるつるになるので体にウイルスが入りやすい状態になってしまいます。

では「せんもう」をきたえるためにはどうしたらよいのでしょうか。それは、のどの奥を乾燥させない「ガラガラうがい」とのどを保湿するための「マスク」です。加えて体内にウイルスが入らないように手洗いもしっかりおこないましょう。保健室の前にも掲示を作成しましたので見に来てください。



牛島小学校の感染症発生状況をお伝えします

1月後半からインフルエンザや水痘（みずぼうそう）が校内で流行し、2年生では学級閉鎖が行われました。現在は、牛島小学校での感染症も少し落ち着いてきました。この調子で一人一人が意識して予防続けていきましょう。



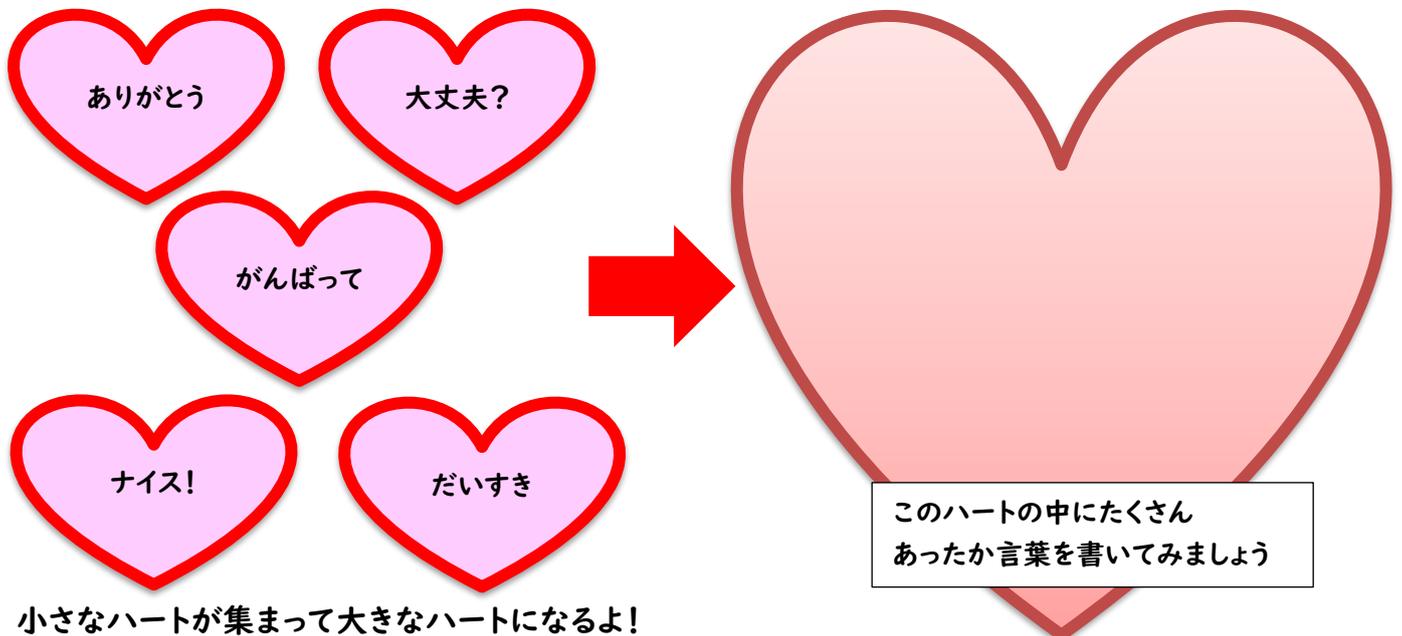
7つのまちがいがさがし

2枚の絵を見くらべて7つのまちがいをさがしましょう！答えは裏面！



あったかことばで **心** をポカポカに

みなさんは、普段、家族やお友達に
どんな言葉がけをしていますか？一つのことばで傷つけることも助けることもあります。
牛島小学校のみなさん。ぜひ、人を助けるあたたかい言葉を使ってください。
お友達にどんな言葉をかけられたらうれしいですか？
どんな言葉で人の心を温めるか書いてみましょう。（みなさんはいくつかけますか？）



小さなハートが集まって大きなハートになるよ！

まちがいさがしのこたえ！

