



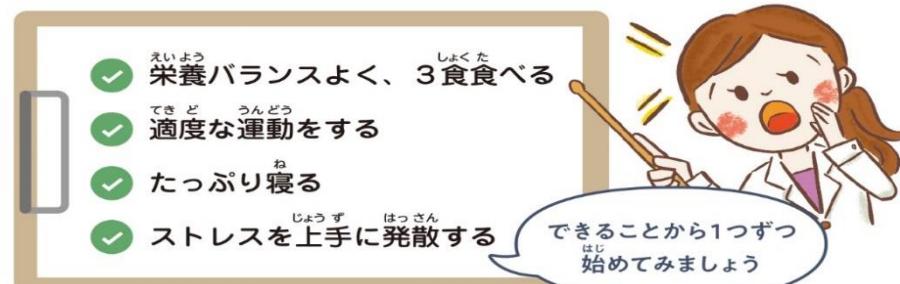
流山市立  
流山北小学校  
NO. 10  
R7. 2月号

2月は、「如月」ともいいます。この言葉の由来はいくつかあるようですが、寒い時期に衣(衣服)を重ね着する様子を表しています。寒い日は、上手に衣服の調節をしましょう。

登校する時、ポケットに手を入れて歩いている人はいませんか? 転んだりした時、すぐに手をつけないと、ケガをするかもしれません。寒い時は、手ぶくろを着けてきましょうね!



# 生活習慣病 大人だけじゃない!



生活習慣病というと、大人の病気と思いがちですが、子どもでもなる可能性があります。また、今は発症していないなくても大人になってからも今の生活を続ければ、生活習慣病になってしまふこともあります。今のうちから毎日の生活を見直していきましょう。



大切なのは相手の気持ちになって考えること。友だちとずっと仲良しでいよう。

とも 友だちにこんなことをしていませんか?

- 自分の考えを押し付ける
- がんばっていることをからかう

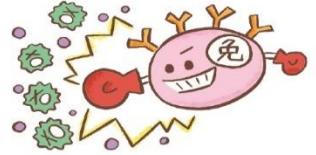
どんなに仲が良くても、笑っていても  
心は傷ついているかもしれません。

とも 友だちを大切にするヒント

- 元気がなかつたら、声をかけて話を聞く
- いつでも感謝の気持ちを伝える

# 食物アレルギーってなに??

からだ  
そと  
外に  
追い出したりする、「免疫」という働きがあります。食物アレルギーは、この免疫が特定の食べ物を敵と間違えて過剰に反応して、まぶたやくちびるのはれや、じんましん、かゆみなどのアレルギー症状を引き起こす病気です。



## ● 食物アレルギーが多い食べ物 ●



間違ってアレルギーのある食べ物を食べると、ひどいときは命に関わる場合もあります。

⚠ 食物アレルギーは好き嫌いやわがままではありません。⚠

保護者の皆様へ

食物アレルギーと花粉

花粉にも色々種類がありますが、関連した食物を食べると、アレルギーの症状が出る人もいます。例えば、カバノキ科(シラカバ、ハンノキ)花粉症の人は、バラ科(リンゴ、モモ、サクランボなど)や豆乳などを食べた時、食物アレルギーの症状がでることがあります。お子さんの様子で気になる時は、他の花粉の仲間も調べてみてください。

保護者の皆様へ

日頃より学校保健活動にご協力いただき、ありがとうございます。健康診断後の受診、治療を再度呼びかけたところ、受診・提出率が上がり全体で61.1%の治療済み報告がありました。視力・眼科の勧告書以外は、一番下に「受診済」「経過観察中」の記入を保護者様が記入できる欄がありますので、すでに受診している場合などは、その旨をご記入いただき、ご提出ください。

お子さんが、学校や通学路でケガをして病院を受診した場合、3割の保険証を使用した支払いが1500円以上で、スポーツ保険の申請をすることができます。受診してから2年経過すると申請ができないになります。まだ書類がお手元にある方は、なるべく早く病院で記入してもらい、学校へご提出ください。