

ほけんだより 2月号

流山市立おおぐりの森小学校 ほけんしつ

花粉のきせつがやってきた!?

症状をひどくさせないためには花粉をさけることが大切です

外に出るときのふくそうの例

ぼうしをかぶって
かみの毛をまもる

マスクをつけて
はなをまもる

かみの毛をたばねる
ピンなどでとめる



花粉対策用の
めがねをつけてみる

しゃかしゃか
つるつる など
花粉がつきにくい
上着をきる

★ へやに入るまえにふくなどをはたいて花粉をおとそう!

★ こまめに手洗い、うがい、洗顔、洗眼しよう!

★ 症状がひどいときは耳鼻科や眼科を受診しよう!

成長するってすてきなこと



せがのびた



はか
はえかわった



くつ
のサイズが
大きくなった

だれもが経験する体の成長ですね。

2/9(金)に4年生に向けて行った授業の中で、

体や心が成長する時期は一人一人ちがうということも学びました。

だれかとくらべることなく、自分の成長を大事にできるといいですね。

インフルエンザB型がはやっています

びねっ・はっねっ
はな水・せき・のどの痛み
さむけ・ふくつつ・体の痛み
など



人によって症状はさまざまに出ています。

インフルエンザA型や溶連菌感染症、新型コロナウイルス感染症もまだまだ油断できませんので引き続き予防しましょう。