

# ほけんだより 2月

令和6年1月31日  
多摩市立西落合小学校  
主任養護教諭 持麿 茜

2月4日は、春の始まりの日とされる「立春」です。まだ寒いこの時期に「春」と言われても実感がわかりません。でも草や花、虫などに目を向けてみると、少しずつですが、春が近づいてきているのを感じます。まもなく訪れる春の新学期・新学年に向けて、私たちも準備を始めましょう。



## インフルエンザに注意!

最近とても流行っているインフルエンザ。そんなインフルエンザについてもう一度確認しましょう。

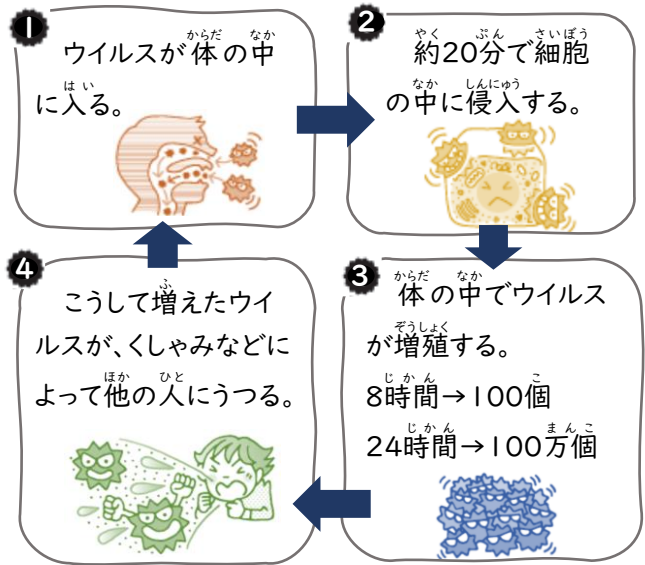


### インフルエンザってなに?

インフルエンザは、インフルエンザウイルスに感染することによって起こる病気です。高い熱や頭痛、体の痛みが突然現れます。



### なぜはやる?



### なぜうつる?

飛沫感染

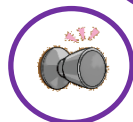
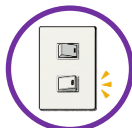
感染した人のくしゃみやせきに含まれるウイルスを吸い込むことでうつります。



接触感染

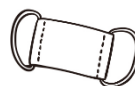
感染した人のくしゃみ

などの飛沫がついたドアや手すりなどに触ると、ウイルスが手につき、その手で口や鼻に触ることでうつります。

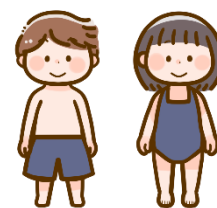


### 予防方法は?

手洗い、マスクをつける、湿度を保つことで予防できます。規則正しい生活も心掛けましょう。



## いのち 生命の安全教育について



1月の身体計測の際の保健指導で、3・4年生へ『生命の安全教育』をしました。

- 水着で隠れる部分と口・顔は自分だけの大切なところ「プライベートゾーン」である。
- 自分の体も、友達の体も大切にす。
- プライベートゾーンを見られそうになったり、触られそうになったりした時は次の方法で自分を守る。
  - ・「いやだ」「やめて」と断る。
  - ・その場から離れる、逃げる。
  - ・周りの人に助けを求める。
  - ・安心できる大人に話す。
- たとえ仲が良くても、同性でも、相手のプライベートゾーンは勝手に触ってはいけない、見てはいけない。

とっさのことで「いやだ」と言えなかった、その場から逃げられなかったとしても、あなたは決して悪くない、必ず安心できる大人に話してほしいということも伝えました。ご家庭でもぜひ話をしていただければと思います。



## 薬物乱用防止教室を行いました



本日、ライオンズクラブ国際協会から講師を招き、6年生へ薬物乱用防止教室を行いました。薬の正しい使い方や違法薬物の危険性、依存症とは、違法薬物を勧められたときの断り方などについて教えていただきました。薬物乱用による体への影響や将来への影響について、改めて学ぶことができました。

\*ライオンズクラブから啓発用下敷きをいただきました。本日持ち帰ります。



## 欠席連絡のお願い

学校を欠席・遅刻する場合は、**朝8時20分までに**、Google フォーム又は連絡帳・電話にて確実に学校までご連絡いただきますようお願いいたします。連絡がない場合、ご自宅や携帯電話、職場に安否確認のご連絡をさせていただきます。遅刻の場合は、保護者の方が教室まで送り届けてください。児童の安全管理のため、ご協力をお願いいたします。

