

☆ほけんだより ふゆやすみ号☆

平成29年12月22日(金)
天草支援学校 保健室

もうすぐ冬休みです。寒さに負けず、元気で楽しい冬休みにしましょう。
また、3学期に元気に会いましょう★★★

ことし1年をふりかえって

それぞれ、どうだったか書いてみよう

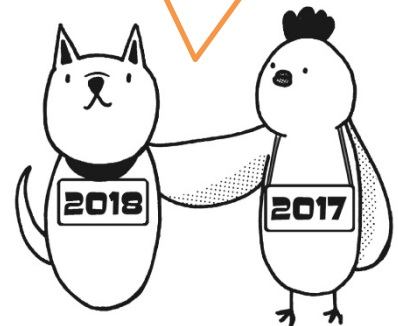
けんこうだなと思ったとき



けんこうじゃないなと思ったとき



「心と体の健康」についてど
んな1年だったか、ふりかえっ
て、新しい年を迎えよう!



かぜ・インフルエンザ〇×クイズ



こたえとかいせつ

- ①…× かぜとインフルエンザは同じような症状が出ますが、別の病気です。
- ②…× ウイルスの種類がとても多いことから、予防接種はありません。
- ③…○ インフルエンザのほうがうつる力が強く、症状も重くなります。
- ④…× かぜもインフルエンザも、ほかの人にうつしてもありません。
- ⑤…○ 手洗い、うがい、マスクなど、予防法も同じものがあります。
- ⑥…× インフルエンザも、どの季節にもかかることがあります。
- ⑦…○ インフルエンザにはききません。受診してゆっくり休みましょう。

【7つのまちがいのこたえ】

- ①いすの背もたれ
- ②ウイルスの口(「い」の文字の下あたり)
- ③運動している女子の胸のマーク
- ④手洗いをしている女子のヘアピン
- ⑤うがいのコップの水の量
- ⑥時計の時刻
- ⑦マスクのひだの数

携帯・スマートフォン利用5か条

第1条 「約束しよう！夜9時以降は使わない」

第2条 「設定しよう！フィルタリングは当たり前」

第3条 「尊重しよう！画面に向こうの相手のこと」

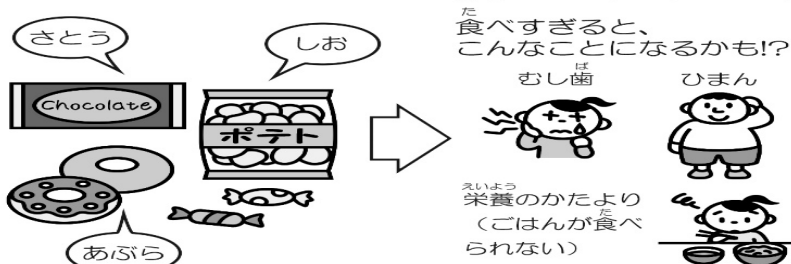
第4条 「判断しよう！知らせていいこと悪いこと」

第5条 「自分の使い方に合わせてルールを守ろう！（家庭で決めたルールです。）」

学校や熊本県の児童生徒を守るためのルールです。冬休みに入る前に保護者の方ともう一度確認して、かしこく使いましょう。



お菓子の食べすぎに気をつけて！



● 食べるときのくふう・ちゅうい

・お皿にとりわけて食べる

・ながら食べをしない

・1人で食べない（おうちの人と食べる）



まいえ
2枚の絵を
みくらべて

7つのまちがいをさがそう!!

かぜのウイルスを 寄せ付けないために！



かぜのウイルスを 寄せ付けないために！



「こたえは」「おもてのしお」「おこます。」

おうちのカタへ



1 学期の定期健康診断の結果、検査や治療が必要で、まだ受診ができていない場合は冬休みに受診をしていただく時間を作っていただければと思います。もし、すでに受診済みの場合はその旨お伝えください。

※「受診のお勧め」のプリントは11月に配付しておりますのでそちらをご使用ください。

きりとり

★ほけんだよりの内容に対する御要望や御感想がありましたら、下記に御記入のうえ保健室まで御提出ください★