

ほけんだより2月

2024.2.27 四條畷市立岡部小学校 保健室

2月になり、学校閉鎖や学級閉鎖がありました。インフルエンザA型・B型、溶連菌感染症、コロナウイルス感染症、など感染症が流行しています。

感染症の多くは、手に付着した菌が鼻や口、目から体内に入ることによって引き起こされます。菌を体内に入れないように、手洗い・うがいをしましょう。また、マスクの着用もウイルスの飛沫を防ぐ、のどを保湿する、自分の口、鼻をウイルスのついた手で触らないようにするのに有効です。必要に応じて使うようにしましょう。



ほけんいいんかい
保健委員会

ふゆやす けんこう さんか
冬休み健康ビンゴ!!の参加ありがとうございました。

冬休み健康ビンゴの取り組みを終えて、保健委員の感想を紹介します。参加してくれたみなさんには、保健委員から感想を書いて、健康ビンゴを返します。ありがとうございました。

健康ビンゴにきてくれてありがとう。じぶんが冬休みに、いしきたことは、手あらい・うがい・まいにち、体をうごかすことです。これからも手あらい・うがい・まいにち、体をうごかすことをいしきてすごそうとおもいます。

みんなが健康ビンゴをもってきてくれて、すごうれしかったです。おみくじをひいてよこんでくれた人がいて、やってよかったなどおもいました。健康ビンゴをさんこうにして、これからもみんなが健康でいてくれるとうれしいです。

きてくれた人、ありがとうございました。えをできるだけかわいくかいたり、健康でいられるようなビンゴをかんがえたりしました。わたしもこのビンゴのなかで、できていないことがあったので、これからは、きをつけようとおもいました。

ことばの カ



ふかくかんがえずにいったことばが、おおきなちからでだれかのところをきずつけることがあります。「えー、あれくらいでー」「ほんのじょうだんなのに」。もし、そうだったとしても、だれかをきずつけたなら、そのことばのせきになはいったひとにあります。

ひやかしたり



からかったり



わるぐちやかげぐちをいったり



おどしたり



じぶんがいわれたらどんなきもちになるかな? みんながあいてのきもちをそうぞうして、はなせるようになったら、こんなことばがふえていくかもしれません。

ほめたり



げんきづけたり



かんしゃしたり



しんぱいしたり



ことばにはだれかのところをあたためたり、げんきにしたりするおおきなちからもあるんですね。



まちがいさがしのこたえ

おみくじの効果



おみくじには、「自己成就予言」という効果があると考えられます。おみくじの結果に注目することで無意識に占い通りの行動をするようになります。大吉を引くと気分が上がり、ポジティブになることがあります。来年度、こうなりたいという自分をイメージして、行動してみるのはいかがでしょうか。

今年も笑顔で よろしくお祈りします!

