

# ほけんだより



令和4年12月号  
足立区立足立小学校  
保健室

## 2022年も、あとわずか！



今年ことしはみなさんにとってどんな1年ねんでしたか？ 後期こうきは行事ぎょうじも多く、いろんなことをがんばったおもと思います。

うれしかったことたのや楽しかったことはもちろん、悲しかったことかなや悔くやしかったことも自分じぶんを成長せいちょうさせてくれる大切な経験たいせつ けいけんですね。



## 冬ふゆのかんそくに注意ちゅうい！



水分すいぶんほきゅうを  
おす  
忘れずに！



加湿器かじつきを使つかって！

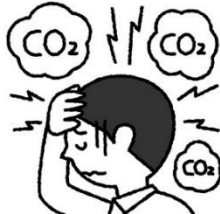


ハンドクリームで  
て  
手をガード！

## 換気かんきしないと、こんなことに!?



ウイルスに  
かんせん  
感染しやすくなる



二酸化炭素にさんかたんそが増え、  
ずつう  
頭痛ずつうがする



空気くうきが汚れ、  
いや  
嫌いやな臭においがする



チリやホコリが  
げんいん  
アレルギーの原因げんいんに

きょうしつ まど  
教室きょうしつの窓まどは  
あいてますか？  
しっかり換気かんきを  
しましょう！

さむ  
寒さむくても、いちじかん いちど くうき い か  
一時間いちじかんに一度は空気くうきの入れ替えいをしよう！

## ハンカチ、マスクの予備、持っていますか？

まいにちせいけつ  
毎日清潔なハンカチを持ってきて、手洗いのあとはしっかりと手をふきましょう。

ぬれたままでいると…？

・ばい菌が付きやすくなる ・乾燥して肌がカサカサする

・乾燥がひどいと、切れて血が出ることもある

マスクを落としたり、無くしたりして保健室にもらいにくる人がたくさんいます。

ランドセルに予備を何枚か入れておいてください。



### 保護者の皆様へ



#### 4年生の保護者のみなさまへ

前回のほけんだよりでもお伝えしましたが、4年生の色覚検査を行いました。（4月のアンケートで希望があった人のみ）受診の必要がある場合は、「受診結果報告書」を医療機関で記入してもらい、学校へご提出をお願いいたします。

#### 学校保健委員会について

昨年度は書面開催となった学校保健委員会ですが、今年度は1月31日（月）に実施を予定しています。感染症拡大防止のため、保護者の方の参加につきましてはPTAの方に代表してご出席いただくことになりました。学校医の先生や学校薬剤師の方に聞きたいこと等がありましたら、養護教諭までお声掛けください。

2022年も、「ほけんだより」を読んでもう一度、ありがとうございます。

2023年も、お子さまが元気に登校できますよう願っております。

保護者の皆様も、体調にお気を付けて年末をお過ごしください。

