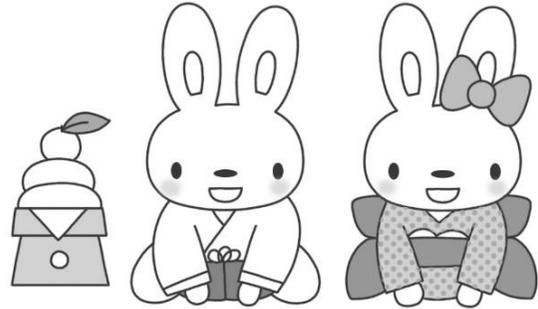


あけましておめでとう1月

川口市立十二月田小学校
保健室
令和5年1月11日

新しい年がやってきました！みなさんの今年の目標は何でしょうか？まだ目標がない人は、去年を振り返ったうえで、今年はどうな年にしたいか、ゆっくり考えてみるのもいいですね。生活リズムを整えて、三学期も元気に過ごしましょう。

こどもよろしくおねがひします



コロナ、ノロ、インフル



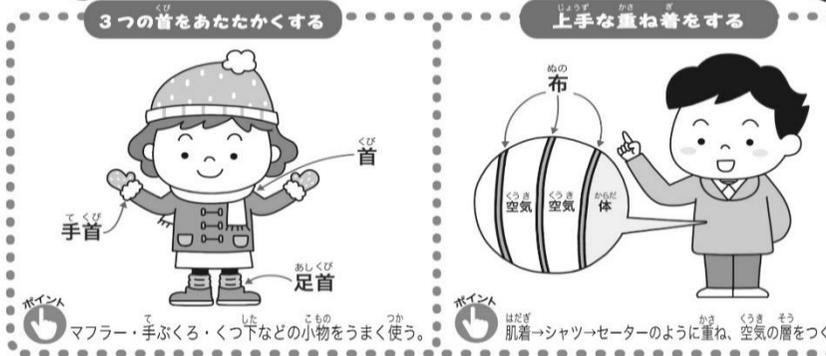
まず手洗いで予防を！

体温をはかるときは



朝と夜の健康観察など、体温計を使うときに、正しいはかり方ができていますか？わきへのさしかたについては、下から上にさすのが正しいはかり方とされています。正しいはかり方をマスターするために、自分のはかり方を見直してみましょう！

寒さをふせぐ服装の工夫



- 冬にしやすいケガ注意報！**
- 転倒による打ぶく・ねんざ注意！
こおったり雪が積もったりしているところはすべりやすいです。歩くときはポケットから手を出して。
 - 低温やけどに注意！
電気カーペットや使い捨てカイロなど、低温でも長時間の使用でやけどをすることがあります。使いながら寝ないように！
 - ストーブでのやけどに注意！
ストーブに触れると、やけどをする危険があります。近くで遊んだり走ったりしないように。



あなたの初夢は？



いろいろな説がありますが、初夢とは今は1月2日の夜に見る夢をさすことが多いようです。この初夢の内容によって、その年の運勢をうらなう風習があります。たとえば「一富士、二鷹、三なすび」というのは、夢に見ると縁起がよいものとされています。将軍・徳川家康が好きなものを並べたとか、富士は「無事」、鷹は「高い」、なすびは事を「成す」という縁起のよい語呂合わせであるとか、この由来にもいろいろと説があるそうです。さて、あなたは今年どんな初夢を見ましたか？

発育測定があります！

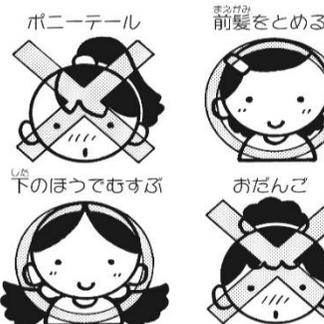
1月11日(水) 5年 17日(火) 3年
12日(木) 6年 19日(木) 2年
16日(月) 4年 20日(金) 1年

※体育着を忘れないようにしてください。

※髪の毛を結んでくる人は、右の絵を参考に結んでください。

健康診断のときは

じゃまにならない髪型で！



保護者の方へ

- ・「新型コロナウイルス感染症陽性者連絡フォーム（川口市立学校 PCR 陽性者連絡フォーム）」が1月11日から廃止になります。土日に新型コロナウイルス陽性が分かった場合は、休み明けにご連絡ください。
- ・1月25日に地域学校保健委員会が開催されます。テーマは「コロナ禍における生活習慣の改善をめざして」です。また、その取組の一貫として、1月17、18、19日の20分休みに、保健・運動・集会委員会が協力し「運動大好き子集会」を行います。
- ・冬休み中は、生活チェック表の取組へのご協力ありがとうございました。生活習慣が整いますよう、今後とも児童への声掛けをお願いいたします。
- ・冬休み中に歯科、眼科などの受診をされましたら、受診報告書や連絡帳などで、保健室までお知らせください。