

ほけんだより 10月

令和3年 10月1日  
市川市立二俣小学校  
保健室

10月の保健目標

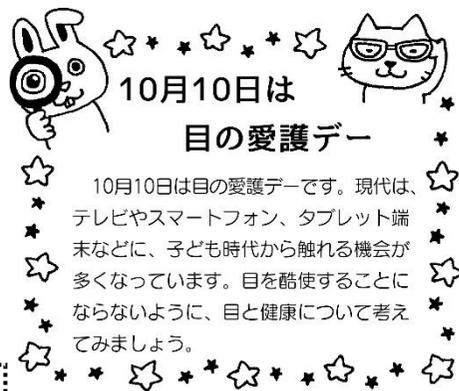
目を大切にしよう

アウトメディア Week が始まります！

朝晩の冷え込みがでてきて、秋めいた気温になりました。寒さがましてくると免疫力がさがり、かぜをひきやすくなります。体温調節のしやすい服装を心がけて、快適に過ごしましょう。



10月13日から19日の7日間、アウトメディア Week を行います。ご協力をお願いします。



**ノーメディアデーにチャレンジしてみましょう!**

1~2週間に1回ノーメディアデーにチャレンジしてみませんか？ 丸1日が難しければ、休みの日の午後だけテレビやスマートフォンなどの電源を切ってみましょう。また、ノーメディアデーには、絵本の読み聞かせや料理を一緒につくるなどで、子どもとの触れ合いを大切にする機会にはいかがですか？

9月ハンカチ・ティッシュ・つめ切り調べ結果発表!!

健康委員会が行っている「ハンカチ・ティッシュ・つめ切り調べ」ですべてに全員〇がついたクラスは4-1でした！素敵です！次のクラスが各項目で全員〇でした。おめでとう！

**4-1・・・パーフェクト!**

- さくら・・・つめきり 1-1・・・ハンカチ・ティッシュ
- 2-1・・・ハンカチ・つめきり 2-2・・・ハンカチ
- 6-1・・・ハンカチ

いつもポケットにきれいなハンカチを



\*低学年がすばらしい結果となりました。学校で手を洗う機会が多いです。きれいに手を洗っても、清潔なハンカチでふかなければ意味がありません。ぬれたままの手で消毒をする人を見かけますが、それでは消毒の効果が弱まってしまう。手を洗った後は、きちんと清潔なハンカチでふくようにしましょう。



おねがい

日頃より、感染症対策にご協力いただきありがとうございます。現在、**発熱があった場合や、かぜ症状等の体調不良があった場合、学校をお休みいただき、体調が万全になってからの登校をお願いしています。**

**少しでも体調がすぐれない場合には、お休みいただければと思います。**

また、マスクは防御率の高い不織布マスクをおすすめしています。お子さんたちが、安心して学校生活を送れるように、ご理解ご協力よろしくお願いします。

