

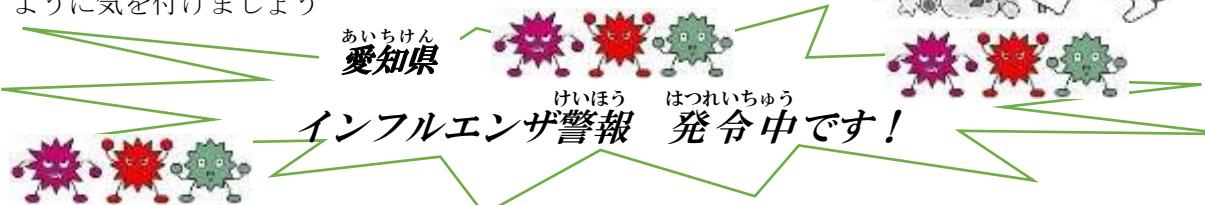
* ほけんだよりでは、毎月、保健行事や健康についてお知らせしていきますので、おうちの方といっしょに読んでください。



きよすしりつきよすひがしおがつこう
清須市立清洲東小学校
令和7年度 12月号

最近は朝晩がグッと冷えるので、お日様が恋しい日もあります。学校の周りでは、紅葉を終えた葉っぱがずいぶん散つてしまい、枯れ枝になった木々はなんだか寒そうです。

いよいよ一年の最後の月、12月になりました。冬本番を迎えるますが、体を温めて、かぜなどの感染症にかかるないように気を付けましょう



今年のインフルエンザの流行は、例年よりも早く、愛知県では、11月6日に「インフルエンザ注意報」が、11月20日に「インフルエンザ警報」が発令されました。冬は気温が低くなり、空気が乾燥するために、ウィルスたちにとっては、活動しやすい大好きな季節です。インフルエンザのほかに、新型コロナウィルス感染症やマイコプラズマ肺炎、胃腸かぜなどでつらい思いをしている人もいます。でも、人間は予防することで、感染症から身を守ることができます。



4つの鉄則を守って 感染症を予防しよう！

1 手洗い



2 マスク



3 うがいと加温



4 換気



外から帰った時や食事の
前、トイレのあと忘れずに！

鼻からあこまでしっかりと
予備のマスクをかばんに入れて。

うかいやか温ぬでのどを
乾燥から守ろう。

くさきいから
空気を入れ替えて、室内
のウイルスを自ら出す。

～保護者の方へお願い～ 感染症にかかって出席停止する場合、医者の指示を受け、登校する際には、必ず保護者の方が「感染症治ゆ報告書」を記入して、担任へ提出してください。

12月のほけんもくひょう
みんなと仲良くしよう



12月4日～10日は
じんけんしゅうかん
人権週間

人権週間とは、自分も友達も、一人一人が違うことを知り、それぞれの違いを大切にすることを考える一週間のことです。みんなそれぞれ違うところを認め合いながら、自分や友達の良いところを、たくさん見つけてみましょう。



そのひと言、
手を刺さって
いませんか？



伝え方ひとつで相手の気持ちは変わります。相手を傷つける「ちくちく言葉」ではなく、相手を思いやった「ふわふわ言葉」を使いませんか。言いかえた言葉を探して線で結んでみてください。

うるさい！

なんで
できないの？

やめて！

どうして
できるかな？

小さい声に
してほしいな

こうしてくれると
うれしいな

ちょっと
通してくれる？

どうしたら
できるかな？

小さい声に
してほしいな

～おうちの方へ～ 健康手帳及び「すこやかチェック」について

二学期に行なった身体測定の結果を記録した「健康手帳」を、近日中に返却します。保護者の方に確認していただきましたら、最後のページに保護者印を押印していただき、12月5日（金）までに学校へご提出ください。また、9月に行なった「すこやかチェック」についても返却します。保護者の方に見ていただき、お子さんの生活習慣の改善について、親子で話し合っていただけたらと思います。尚、こちらは、おもひつよう返却する必要はありません。

