

12月

ほけんだより

家庭数

2025.12.1

(No.10)

東又小学校 保健室



早いもので、今年も残り1ヶ月となりました。11月末のインフルエンザ大流行が一段落し、子どもたちが元気に過ごす姿が見られています。これから年末にかけてクリスマスなど楽しいことがありますので、体調管理には十分気を付けていきましょう。

12月の保健目標は



冬を元気にすごそう です



しっかり手を洗おう！



石けんをつけ
手のひらをこする

手の甲を反対の
手でこする

両手を組んで
指の間を洗う

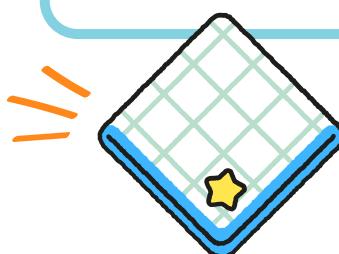
指先と爪の間を
こする



親指をねじる
ように洗う

手首をねじる
ように洗う

洗った後は、水で流し
清潔なハンカチなどで、
しっかり乾かそう！



インフルエンザ流行中！

今年の傾向は「高熱→解熱→高熱」という特徴があります。

「熱が下がったから大丈夫」と油断せず、お子様の様子を見守ってください。

インフルエンザと診断された場合は、ご連絡をお願いします。

