



令和4年1月11日
吉川市立旭小学校
保健室

新年あけましておめでとうございます。2022年がスタートしましたね。冬休み中は元気にすごすことができましたか。新型コロナウイルス感染症の流行については、まだまだ油断できない状況です。早寝早起き、手洗い、マスクなど、基本的な感染症予防をしっかりと続けましょう。



1月の保健目標 **外から帰ったらうがいてあらいをしよう**

正しい手洗いの仕方



①おねがいのポーズ
手のひらで石けんをこすり合わせてあわ立てます。



②カメのポーズ
手の甲は反対の手のひらとこすり合わせて洗います。



③おやまのポーズ
指を交差させて、指の間を洗います。



④おおかみのポーズ
指先やつめを手のひらでこすって洗います。



⑤バイクのポーズ
親指は、反対の手でにぎり、回すようにして洗います。



⑥つかまえたのポーズ
手首も反対の手でにぎり、回すようにして洗います。



⑦しっかりすすぐ

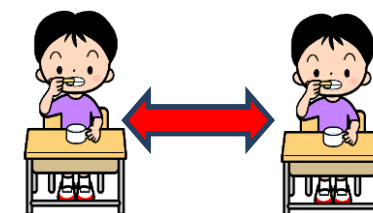
⑧清潔なタオルでふく



参考：「ビオレママのあわあわ手あらいのうた」

給食後の新しい歯みがきスタイル！

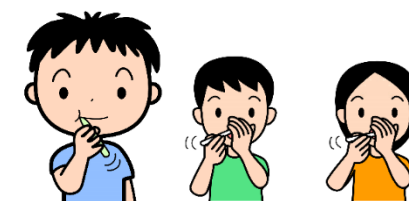
3学期から給食後の歯みがきを再開します。新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、給食後の新しい歯みがきスタイルを身に付けましょう。



①自分の席に座って、隣のひとと間をあける。



②歯みがき中におしゃべりしない。



③口をとじてみがく。前歯の裏は、口を手でおおってみがく。



④少ない水でブクブクうがいをして、しずかにコップにはきだします。

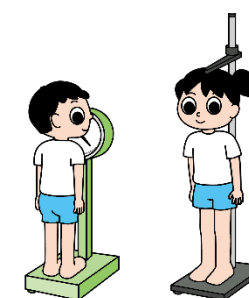


⑤コップの中の水は低い位置からそっとすてます。

1月17日（月）までに、歯ブラシとコップの準備をお願いします。

1月の発育測定について

●12日（水）	朝の活動	なかよし学級
	1時間目	6、1年生
	2時間目	5、2年生
	3時間目	4、3年生



*体操着の準備をお願いします。髪を高い位置で結ぶと正しく測定できません。低い位置で結ぶように、ご協力をお願いします。
*結果は「発育のようす」でお知らせします。ご覧になりましたら、ご家庭で大切に保管してください。9月の結果も載っていますので、8月に配付した「発育のようす」はご家庭で破棄してください。

保護者の皆様へ

- ①発熱等体調不良により学校を休むことになった場合及び、早退の場合、症状が治まっても、概ね2日程度、自宅にて引き続き健康観察を行い、登校を見合わせてください。
- ②児童及び児童の同居家族の方に体調不良、特に風邪の症状（発熱、喉の痛み、咳等）がみられる場合は、登校を見合わせてください。

イラストの一部を“健”（株）日本学校保健研修社より引用