

# ほけんだより

2023年 12月

安倍小・保健室/No.8  
2023.12.11

12月に入り、安倍小でもインフルエンザでお休みする児童が増えてきました。インフルエンザと診断されなくても、発熱する児童が多いようです。感染症予防の基本は、手洗いです。これからも、手洗いを日々の習慣とし、マスク・換気・うがいなど、感染予防を心がけましょう。

## ウイルスから体を守る 3つの技!

おぼえているかな?

一月の行事予定

- 1月 9日(火) 始業式
- 10日(水) 二測定(高) 3校時授業
- 11日(木) 給食開始 二測定(中) 4校時授業
- 12日(金) 二測定(低) 4校時授業



## 3つの首を温めて体ポカポカ

3つの首ってなに?



どこかわかったかな?



3つの首を温めて  
上手に防寒をしましょう

## 冬休みは治療のチャンス

歯科検診と視力検査の結果、「治療のおすすめ」の用紙をもらった人で、まだ専門医を受診されていない場合は、冬休みを利用して受診しましょう。

|         | 治療勧告者           | 受診状況<br>(治療率) 12/8 現在 |
|---------|-----------------|-----------------------|
| むし歯保有者  | 102人<br>(33.6%) | 43人<br>(42.2%)        |
| 視力B以下の人 | 77人<br>(25.4%)  | 25人<br>(32.5%)        |



## 元気もいもいチェック (冬休みバージョン)

冬休みにも、「元気もりもりチェック・冬休みバージョン」を実施します。冬休みも規則正しい生活を心がけ、また、「アウトメディアにチャレンジ!」にも挑戦して、メディアと上手に付き合う方法を見つけましょう。



## がっこうほけんいいんかい 学校保健委員会のご案内

- 日時 12月20日(水) 午後2:00~3:00
- 場所 安倍小学校(視聴覚室)
- 内容 講話:「知らなきゃもったいない身体の仕組み」

~ビジョントレーニング・療育整体のはじめの一歩~

11月末、学校保健委員会の案内をさせていただきました。今回は、講師にビジョントレーニング株式会社の、西嶋加寿子先生をお迎えし、見る力を伸ばしていくための講話していただきます。参加申し込みをとりましたが、当日参加大歓迎です。子どもたちのすこやかな成長のため、一人でも多くの参加をお待ちしています。(上記の時間にお越しください。)