



ほけんだより

平成24年11月12日 発行
小牧南小学校



こんげつのほけんもくひょう
しせい ただ
姿勢を正しくしよう

ひが暮れるのが、ずいぶん^{はや}早くなりました。
とうじ 冬至（2012年は12月21日）まで、^{すこ}少し
ずつ^{よる}夜が長くなっていきます。^{くら}暗くなる^{まえ}前に
^{いえ}家に^{かえ}帰るようにしましょう。



おぼえておこう せきエチケット

せきエチケットとは、かぜやインフルエンザなどを^{たが}お互い^にうつしたり、うつされたりしないようにするためのルールです。

その1 ^{はな くち}鼻と口をおおう

せき・くしゃみをするときは、まわりの人から^{ひと かお}顔をそむけ、ティッシュなどで^{はな くち}鼻と口をおおいます。使ったティッシュは^{ばこ す}すぐにゴミ箱に捨てましょう。



その2 ^{きゅう}とっさのときは「そで」でカバー

^{うわぎ うちがわ}急なせき・くしゃみは、^てそでや上着の内側でおおいます。（^て手でおいたら、^{せつ}すぐ石けんでよく^{あら}洗いましょう。）



その3 ^{やくわり}マスクをする

マスクの^{やくわり}役割は、^{と た}せきやくしゃみでウイルスが飛び出すのをふせぎます。

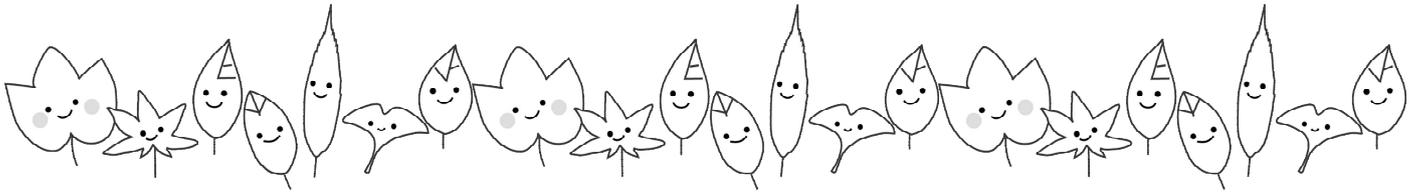


がっこうほけんいいんかい 11月22日は学校保健委員会です

がっき じぶん しょくせいかつ おこな おぼ
1学期に自分の食生活のアンケートを行ったことを覚えていますか？

けっか す たもの たもの
その結果みなさんの好きな食べ物、きれいな食べ物についてわかってきました。また、

あさ いちにち たいちよう おお かか ほけんいいん
朝ごはんが一日の体調に大きく関わってくることがわかりました。保健委員がスライ
ドをつか はっぴよう き こんご しょくせいかつ さんこう
ドを使って発表します。よく聞いて今後の食生活の参考にしましょう。



プログラム

1 はじめのことば

2 PTA会 長あいさつ

3 児童保健委員会の発表

4 劇団ビー玉さんによる劇

5 栄養教諭（小牧中学校 林 紫 先生）のおはなし

6 感想交流

7 お礼のことば

8 校長先生のおはなし

9 おわりのことば（PTA保健厚生部）

