家庭用

ほけんだより

川口市立元郷小学校
保健室
令和6年2月1日

冬の間でもっとも寒くなるこの時期、かぜやインフルエンザ、感染性胃腸炎にかかる人もぐっと増えてきます。一人一人が気を付けて、流行を防げるよう、ご協力よろしくお願いします。

残りとひと息まで、あと少し！　みんなで協力して、記録に挑戦してください。

2月の保健目標　教室の空気を入れかえよう

・インフルエンザウイルスは、汚れた空気の中にたくさんひそんでいます。休み時間には、しっかり窓を開けて、空気を入れかえてね。

地域学校保健委員会を開催しました。

1月25日（木）　～コイヴィネーショントレーニング～

元郷中の山崎校長の高田校長先生から、意欲や集中力をアップするというコイヴィネーショントレーニングを教えていただきました。くりィ連動や、ラディアンドリなど、家庭で資料を載せておきますので、参考にして体を動かして元気になりましょう！元郷小から6年生が参加しました。（オンライン開催のため）

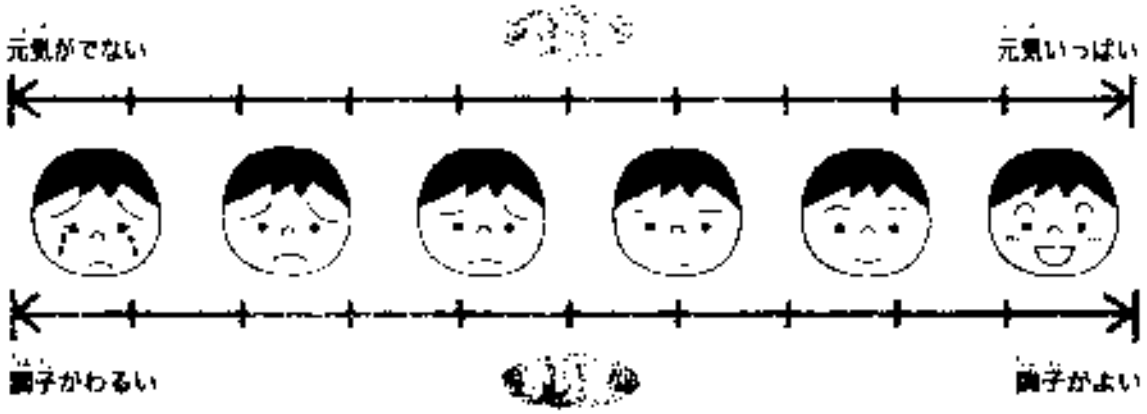
インフルエンザ流行中！！

1月中旬より、元郷小学校でもインフルエンザにかかる児童が増えてきました。他の小中学校では、学級閉鎖等の措置をとっているところもあります。本校でも、早期の健康状態を考えながら、対応していきたいと思っております。ご協力の程よろしくお願いいたします。

- 発熱時は、早めのお迎えをお願いしております。緊急連絡先に変更がありましたら、担任までお知らせください。
- 休み明けに欠席者が急増する傾向にあります。体調の様子にご配慮をお願いください。

こころ　からだ　状態（じょうたい）チェックしてみよう！

今、あなたはどんな感じか、自もりの当てはまる位置に○印をつけてください。



元気がでない時、調子がわるい時・・・試してみてね！

うがいをすると、こんないいことが！

みなさん、ようこうがいができていますか？
うがいのポイントは、
ぶくぶく1回・がらがら2回：15秒。
しっかりうがいをすると、こんないいことがあります！