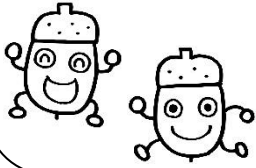


ほけんだより

ふんわり



ながくて しりつきたしやうがっこう ほけんしつ
長久手市立北小学校 保健室
れいわねん がつはっこう
令和5年11月発行



がつ ほけんもくひやう
11月の保健目標



ただ しせい
正しい姿勢を
み
身につけよう

ちゅういほうはつれいちゅう インフルエンザ注意報発令中

ながくてしない がっきゅうへいさ がっこう ほんかくてき さむ まえ
長久手市内でも、学級閉鎖となっている学校があります。本格的に寒くなる前に、かぜやインフルエンザ・
しんがた かんせんしやうよぼう あらた いしき
新型コロナウイルス感染症予防を改めて意識していきたいですね。

- てあら そと しつない はい とき
手洗い（外から室内に入る時、トイレに行った後、食事や間食の前後）
- うがい
- かんき
換気
- せき
咳エチケット
- せいかつしゅうかん ととの まいにちげんき す
生活習慣を整え、毎日元気に過ごす
- ちょうし わる おも はや きゅうよう
調子が悪いと思ったら、早めに休養

あさ けんこうかんさつ おねが
朝の健康観察をお願いします



がめん み ただ しせい
画面を見るとき正しい姿勢☆できているかな

め がめん
目と画面のきよりは
いじやう
30cm以上はなす

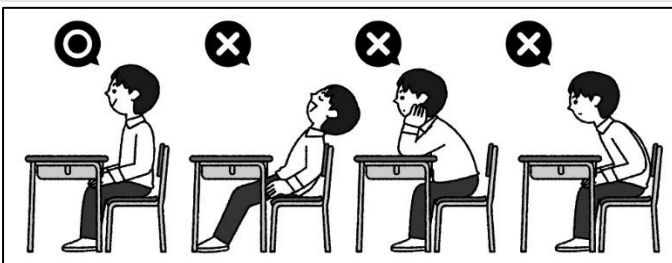
ちよっかく
つくえはひじが直角
たか
になる高さ

ちよっかく
いすはひざが直角に
たか
なる高さ



めせん がめん
目線と画面はすい
ちやく
直にする

ふか
いすに深くすわり、ゆかに
りやうあし
両足をつける



あなたは、
しせい
どんな姿勢を
していますか？



ほけんしつ
保健室のドアに
ひょうじ
この表示があるときは
しず
静かにしてね！！



やす **ひと**
休んでいる人がいます。

* 用事がある人は、**ノック**をしてから入ってきてください。
* つきそいの人は、**ろう下**でまわっててくださいね。

ほけんしつは、けがをした人や体の調子が悪い人が手当てを受けに来る場所です。この表示がし
てある時は、熱など体の調子が悪くて休んでいる人がいるということです。調子の悪い人が
ゆっくり休めるように、保健室の中や周りでは静かにしてくださいね。

また、保健室で保冷剤やタオルなどを借りた場合は、必ず保健室まで返してください。



10月に保健室の勉強のため
に3人の実習生が来ていま
した。みんなの健康を願っ
て、すてきな掲示物を作っ
てくれました。
体調が悪くて、保健室の
ベッドで休養した時に、「早
く元気になりますように」と
呼びかけてくれますよ。

2枚の絵を見くらべて、**7つのまちがいをさがそう！**



まちがいさがしのこたえは保健室の前にはってあるので見に来てね。