

ほけんだより

多古町立中村小学校

NO.12 R7.12.1

おうちの人とよみましよう



あさばん ひ こ ひ おお
朝晩は冷え込む日も多くなってきて、いよいよ

ふゆ とうらい ことし げつ
冬の到来ですね。今年もあと1か月になりました。

こころ からだ けんこう き げんき ねんまつねんし
心と体の健康に気をつけて、元気に年末年始

むか を迎えられるといいですね。



12月の保健目標

よぼう かぜやインフルエンザを予防しよう！

ことし りゅうこう はや たこ ちようない
今年はインフルエンザの流行が早く、多古町内でもだいぶはやっている
ようです。あさ すこ たいちょう わる かん がっこう やす びょういん い
朝、少しでも体調が悪いな…と感じたら、学校は休んで病院へ行
くなど、じぶん かぞく からだ たいせつ
自分や家族の体を大切にしていきましょう。

てあら 手洗い、しっかりできていますか？

てあら 手洗いのポイント この部分はこう洗おう！

1 手のひら、手のこ



りょうて 両手をあわせて、よくこする

2 ゆび 指の あいだ



りょうて 両手を組むようにして、よくこする

3 ゆびさき 指先、ツメの あいだ



いっぽう もう一方の手のひらにあてて、よくこする

4 おやゆび 親指、くび 手首



いっぽう もう一方の手でつかんで、ねじるようにする

インフルエンザ・新型コロナウイルスは、「出席停止」になります！



歯みがきの学習をしました！

11月8日(いいは)の日にちなんで、給食後に歯みがきの学習をしまし

た。むし歯や歯ぐきの病気にならないよう、自分の歯に合わせた歯ブラシの動

かた まな も かえ み
かし方などを学びました。持ち帰ったプリントもぜひ見てくださいね。

