

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ょう



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

かぜやインフルエンザを**よぼう**しよう！

ことし りゅうこう はや た こちょうない
今年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 ぶ ぶん あら
🧴 **手洗いのポイント** この部分 **は** こう洗おう！ 🧴

1

て
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 て
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、
てくび
手首



いっぽう て
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！

<div> <div>はっしょうび 発症日を入れてね。</div> <div>とうこうさいかいび</div> <div>はやみひょう</div> <div>げんき 元氣</div> <div>かいふく 回復</div> </div>								
0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目
にち 日	にち 日	にち 日	にち 日	にち 日	にち 日	にち 日	にち 日	にち 日
新型コロナウイルス	症状軽快					登校再開		
		症状軽快				登校再開		
			症状軽快			登校再開		
				症状軽快		登校再開		
					症状軽快		登校再開	
インフル	解熱					登校再開		
		解熱				登校再開		
			解熱			登校再開		
				解熱			登校再開	
					解熱			登校再開

歯みがきの学習をしました！



11月8日（いいは）の日にちんで、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。

1年生



3年生

