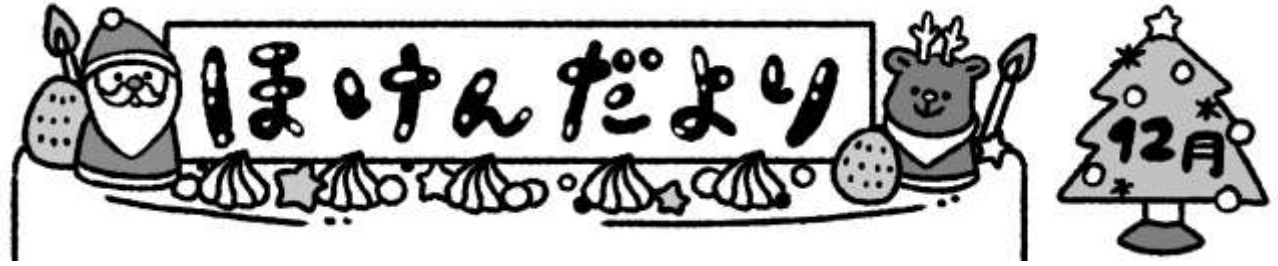
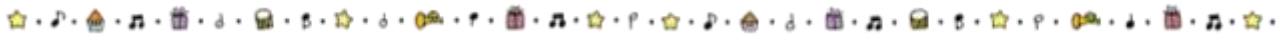


# 長子配付



令和6年12月2日発行 土庄町立土庄小学校 保健室

今年も残り1か月となりました。みなさんにとってこの1年はどんな年だったでしょうか。きっと楽しかったことや、できるようになったことがたくさんあったのではないのでしょうか。ぜひお家の人とこの1年をふり返ってみてください。



## ～マラソン大会に向けて～

体育の授業などで、がんばってマラソン練習をしていますね。中には、家でも練習をしているという人もいます。本番でしっかり力を出せるように、次のことに気をつけてみましょう。

- 早寝・早起きを意識して十分に睡眠をとる。
- しっかり朝ごはんを食べる。
- 体調が悪いときは、無理をしない。
- 走った後は、水分補給・手洗い・うがいをする。

当日、少し体調が心配だけど、がんばって走るという人は赤帽子をかぶりましょう。困った時は近くの大人に声をかけてくださいね。



## ～保健委員会の取り組み～

保健委員会の今年の取り組みについて紹介します。保健委員会の5・6年生は、全校生が健康に過ごすことができるように、「まずは自分自身から！」「そして全校生に呼びかけよう！」と、伝えたい内容ごとにわかれてくわしく調べ、みなさんに発信してきました。ポスターや放送などを見たり聞いたりして、自分自身の行動に気を付けようと考え、行動することができていたらうれしいです。

熱中症予防や感染症予防についてポスターを作ったり放送をしたりしました。また、6月11日には歯についての指導をしました。



# 長子配付

12月 保健目標 冬の感染症を予防しよう

現在、土庄小学校ではのどや頭が痛いと言って保健室に入室する人が増えています。溶連菌やマイコプラズマ、新型コロナウイルスなどの感染症もみられています。今後はインフルエンザの流行も考えられます。感染症予防の基本を確認して行い、この冬も元気に過ごしましょう。

## 感染症 みんなで協力して 流行を防ぎましょう



### 感染症予防の3原則

抵抗力を高める

### 感染経路の遮断



### 感染源の除去



### 保護者の方へ

#### ～色覚検査について～

色覚の異常は、本人には自覚がない場合が多く、本人が検査を受けるまで、保護者もそのことに気付いていない場合が少なくありません。授業を受けるにあたり、また、職業・進路選択にあたり、自分自身の色の見え方を知っておくことができるよう、本校では、希望者を対象にした色覚検査を行っています。保健調査票で希望されていた児童は色覚検査を実施し、結果をお知らせします。