



2023.1.10  
 柏市立酒井根西小学校  
 おうちの人と読んでく  
 ださい。

冬休みが終わり、3学期のスタートです。新年の目標はもう決めましたか？3学期はあっという間に過ぎていきます。体調に気をつけながら、残り少ない今の学年での日々を楽しく、一生懸命に過ごせるように保健室から応援しています。今年もみなさんにとって、よい1年になりますように。

1月の保健目標



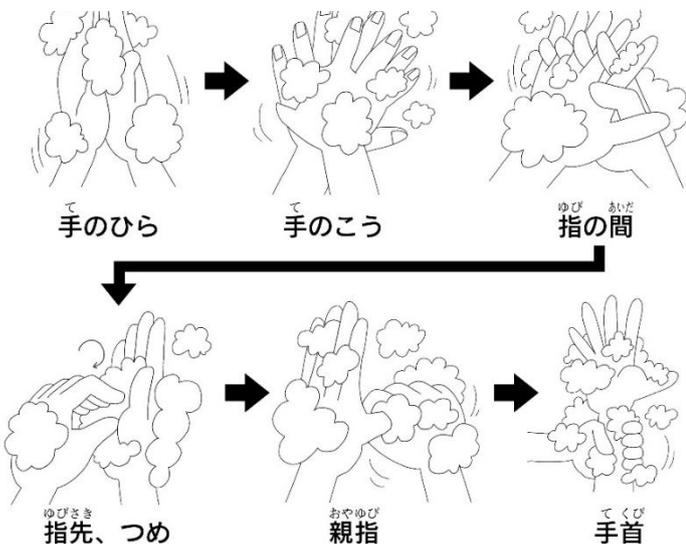
寒さに負けず、元気にあそぼう

● 1月の保健行事 ●

身体測定	11日(水)	4・5・6年生
	12日(木)	1・2・3年生 たんぽぽ

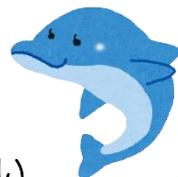
● 手洗い名人になろう ●

始業式で保健委員が手洗いの話をしました。  
 正しい手洗いのやり方は覚えられましたか？  
 6つのポーズで手を洗って、かぜに負けず、元気に3学期も過ごしましょう。



ハンカチもわすれずに！  
 ランドセルに予備を入れておこう！

ほけんクイズ



Q.イルカはどうやって眠る？  
 ①岩場に横たわって眠る  
 ②泳ぎながら眠る  
 ③眠らない  
 こたえは保健室前の掲示板を見てね。

これ全部

発熱

ウイルスなどが増えるのを抑え、  
 ウイルスと戦う力を上げる

くしゃみ  
 鼻水  
 せき

洗い流そうとしている  
 ウイルスや異物を体の外へ飛ばしたり

体を守るための反応です！

こんな症状があれば、  
 体がかんばっているとき。  
 無理せず早めに  
 休みましょう。

保護者の方へ

いつも学校保健活動に御協力いただき、ありがとうございます。2学期は、コロナウイルスの感染拡大により市内の多くの学校で学級閉鎖の措置がとられました。また、まだ大流行には至っていませんが、インフルエンザの感染も確認されています。3学期も感染症の流行が心配されます。

同居家族に発熱等の症状がある際は、児童本人に症状がない場合も自宅での経過観察をお願いいたします。また、PCR検査や抗原検査を受けた場合は、学校までご連絡をお願いいたします。