



下野市立吉田東小学校

令和4年1月11日

1月保健目標：手洗いうがいをしよう

あけましておめでとうございます。

2022年の干支はトラ。「虎に翼」ということわざを知っていますか？強い力がある人にさらに力が加わることを意味し、「鬼に金棒」と同じ使い方を使います。まだまだ油断できない感染症ですが、早寝早起き、手洗い、マスク・・・と、「虎に翼」の元気な体を作りましょう。今年もよろしくお祈りします。

＜冬のけがを防ごう＞

ポケットに手を入れて歩いている人を見かけます。

転んだときに地面に手を着けず、顔や頭をぶつけることになりとてもキケンです。

寒い季節だからこそ、けがを防いで安全に過ごしましょう。

○ポケットから手をだして歩こう



転んだときに地面に手を着けずキケンです。

手袋をして防寒対策をしましょう。



○夜道でも自立つ服装



夜道で自立つ服装の色は「白」「黄色」「赤」です。

反射材をつけて歩くとより自立ちます。

○カイロのやけどに注意



カイロを布団の中で使用すると温度が上昇して、

最高温度（60～70℃）を超えてしまいます。

やけどと低温やけどの両方のリスクがあります。

「^{げん}き^な1^{ねん}に」なら、^{きょう}今日から^{トライ}トライ!



保護者様

あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願ひいたします。
 この冬休み、ご家庭ではいかがお過ごしでしたか。ご家庭での団らんの時間は取れたでしょうか。
 本格的に冷え込み、体調を崩しやすい季節になりました。本年も引き続き朝の健康観察をご家庭で
 していただき、発熱等がある場合や体調が悪い場合は無理をせずご家庭で療養ください。
 朝のお忙しい時間ではありますが、LEBERでの体温の入力もよろしくお願ひいたします。

げんき★クイズ

□に入るのは?

ヒト - カゼ = □本 × 2

ヒント カゼをひいたときに出るのは…



答え：5 (ゴホン ゴホン)