

ほげだより

赤阪小学校
保健室

2015. 2. 2
(H.27) No.13

まだまだ寒い日が続いています。

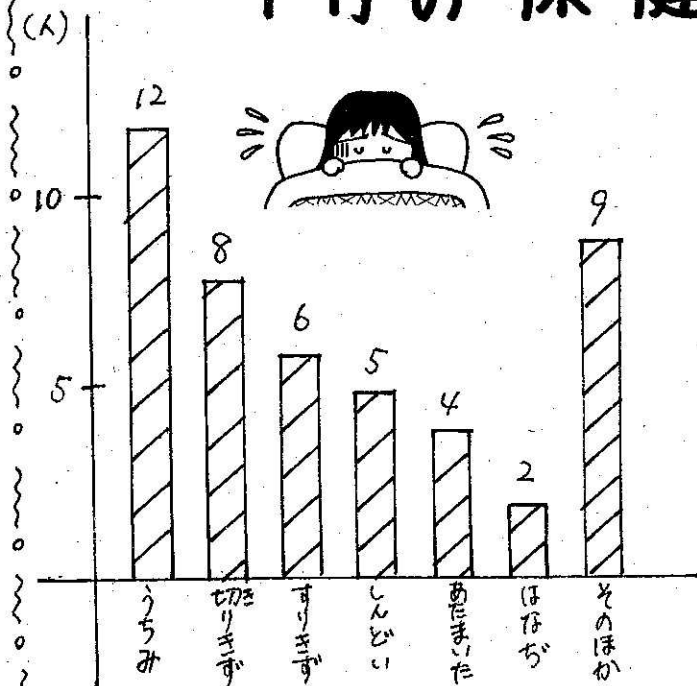
でも、2月3日は「節分」で季節を
分ける(冬と春を分ける)日です。

そして、次の日2月4日は「立春」で
す。春の1日目です。

空気は冷たくて寒いけど、春は近づいてきています。みなさんは、
寒い中でもどんな春を見つけることができるかな？



1月の保健室



1月は、のべ **46人** が手当てを
うけました。

3学期スタートからインフルエ
ンザでお休みする人がいて、その
人数もだんだんと増えてきたが
最も多い1月4日の7人をピークに
して次の日から減っていき1月の
最終日は1人になりました。

まだまだ油断できません。みなさん
気を付けましょう。

2月の保健目標

「手洗い、うがいをしっかりしよう」

★ おさらいしましょう！ 手の洗い方

- ① 手をぬらす
- ② せっけんをつける
- ③ 手のひらと手のこうをこすってあらう
- ④ 指のあいだをあらう
- ⑤ 親指はハンドルをにぎるようにもってあらう
- ⑥ 指先もあらう
- ⑦ 手首をあらう
- ⑧ せっけんをあらいながす

★ うがいの方法

- ① 口に半分くらいの水をふくむ
- ② 正面をむいてブブブブうがい
- ③ もう一度、口に水をふくんで
- ④ 顔を上にむいてガラガラうがい

かぜやインフルエンザのウイルスをからだの中に入れてはいけないことが感染予防になります。(おた
うき者の手には目に見えないウイルスがつきやすい！口はからだの入口！どちらも手洗い
うがいで清潔にしてウイルスをからだの中に入れてないようにしましょう。