

# ほけんだより 12月

令和5年12月15日

調布市立八雲台小学校

校長 上田 義孝

保健室

今年<sup>ことし</sup>は、少し<sup>すこ</sup>ずつ<sup>しんがた</sup>新型<sup>かんせんしょう</sup>コロナウイルス<sup>えいぎょうまえ</sup>感染症<sup>せいかつ</sup>の影響<sup>せい</sup>前の生活<sup>かいかつ</sup>  
 を取り戻<sup>と</sup>すよう<sup>もど</sup>な一年<sup>いちねん</sup>でした。ここ<sup>げつ</sup>2か月<sup>しんがた</sup>くらいは、新型<sup>かんせんしょう</sup>コロナ  
 感染症<sup>かんせんしょう</sup>、咽頭<sup>いんとう</sup>結膜<sup>けつまく</sup>熱<sup>ねつ</sup>（アデノ<sup>すいとう</sup>ウイルス）、水痘<sup>すいとう</sup>（水<sup>みづ</sup>ぼう<sup>ぼう</sup>そう）、  
 感染<sup>かんせん</sup>性<sup>せい</sup>胃腸<sup>いちょう</sup>炎<sup>えん</sup>、溶連<sup>ようれん</sup>菌<sup>きん</sup>感染<sup>かんせん</sup>症<sup>しょう</sup>など<sup>さまざま</sup>様々<sup>びようき</sup>な病<sup>びよう</sup>気<sup>き</sup>がで<sup>で</sup>ていま<sup>ま</sup>す。

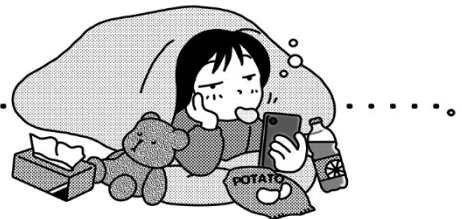
しかも、インフル<sup>すこ</sup>エンザ<sup>ふ</sup>は少し<sup>すこ</sup>ずつ<sup>ふ</sup>増<sup>ま</sup>えています。（2回<sup>かいめ</sup>目<sup>め</sup>、  
 3回<sup>かいめ</sup>目<sup>め</sup>かか<sup>か</sup>ったとい<sup>い</sup>う報<sup>ほう</sup>告<sup>こく</sup>もあ<sup>あ</sup>りま<sup>ま</sup>す）

「早<sup>はや</sup>め<sup>きゅうよう</sup>の休<sup>やすみ</sup>養<sup>よう</sup>」、「のど<sup>ど</sup>がいた<sup>たい</sup>い・せ<sup>とき</sup>きの時<sup>とき</sup>のマ<sup>ま</sup>スク<sup>かくよう</sup>着<sup>ちやく</sup>用<sup>よう</sup>」、  
 「水<sup>すい</sup>分<sup>ぶん</sup>の補<sup>ほ</sup>給<sup>きゅう</sup>」など、それ<sup>は</sup>ぞれ<sup>やめ</sup>の早<sup>たい</sup>目<sup>お</sup>の対<sup>たい</sup>応<sup>おう</sup>が必<sup>ひつ</sup>要<sup>よう</sup>です。

冬<sup>ふゆ</sup>休<sup>やす</sup>みま<sup>ま</sup>であ<sup>あ</sup>と少<sup>すこ</sup>し。最<sup>さい</sup>後<sup>ご</sup>ま<sup>ま</sup>で気<sup>き</sup>をゆる<sup>ゆる</sup>め<sup>め</sup>ず、け<sup>け</sup>がに<sup>に</sup>も気<sup>き</sup>を付<sup>つ</sup>けて、  
 お<sup>お</sup>ち<sup>ち</sup>づ<sup>づ</sup>いて過<sup>す</sup>ご<sup>ご</sup>しま<sup>ま</sup>し<sup>し</sup>ょう。 \*新型<sup>しんがた</sup>コロナ<sup>かんせんしょう</sup>ウイルス<sup>えいぎょうまえ</sup>感染<sup>せい</sup>症<sup>かつ</sup>、咽<sup>いん</sup>頭<sup>とう</sup>結<sup>けつ</sup>膜<sup>まく</sup>熱<sup>ねつ</sup>、水<sup>すい</sup>痘<sup>とう</sup>、インフル<sup>いん</sup>エン<sup>えん</sup>ザ<sup>ざ</sup>は学<sup>がく</sup>校<sup>こう</sup>伝<sup>でん</sup>染<sup>せん</sup>病<sup>びょう</sup>（出<sup>しゅつ</sup>席<sup>せき</sup>停<sup>てい</sup>止<sup>し</sup>）です。



食<sup>く</sup>べ<sup>べ</sup>す<sup>す</sup>ぎ<sup>ぎ</sup> 飲<sup>の</sup>み<sup>み</sup>す<sup>す</sup>ぎ<sup>ぎ</sup>

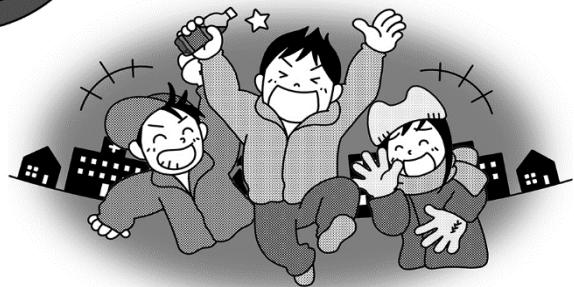


ダ<sup>だ</sup>ラ<sup>ら</sup>ダ<sup>だ</sup>ラ<sup>ら</sup> し<sup>し</sup>す<sup>す</sup>ぎ<sup>ぎ</sup>

## ピピーッ! 冬休み 〇〇すぎに注意



見<sup>み</sup>す<sup>す</sup>ぎ<sup>ぎ</sup> や<sup>や</sup>り<sup>り</sup>す<sup>す</sup>ぎ<sup>ぎ</sup>



は<sup>は</sup>め<sup>め</sup> は<sup>は</sup>ず<sup>ず</sup>し<sup>し</sup>す<sup>す</sup>ぎ<sup>ぎ</sup>

**ただしく  
はかろう  
たいおん**



①わきのくぼみに  
体温計をはさみます

ポイント

わきがぬれている  
ときは、ふきましょ  
う。食事・運動・  
入浴のあとは30分たっ  
てから測るようにしまし  
ょう。

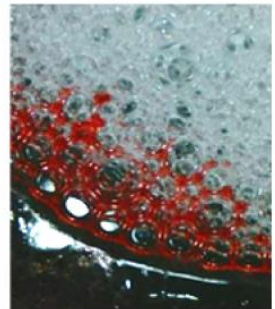
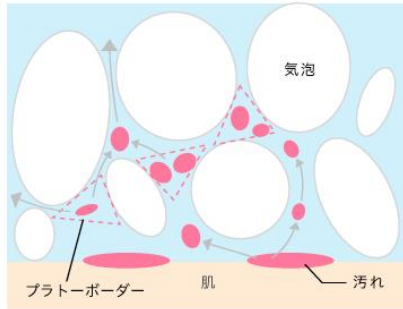


②反対の手で  
しっかり押さえます

ポイント

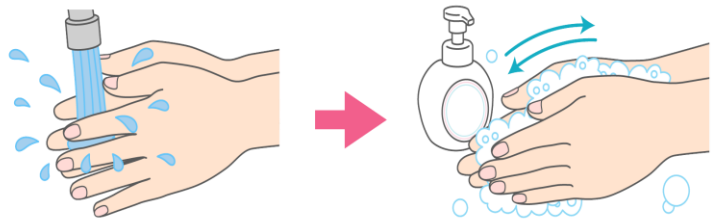
わきにすき間があか  
ないように、腕をびっ  
たりとつけましょう。  
途中で動いたりずれたりした  
ときは測りなおします。

せっけんのあわは、  
どういう仕組みに  
なっているの？



せっけんのあわには、よごれをうかせてすいよ  
せるはたらきがあります。

まずは、お水で手についたよごれをざっとおと  
し、それからせっけんのあわで、やさしく、てい  
ねいに、あらいましょう。



児童保健委員会で、「ろうかは歩こう」キャンペーン放送  
をしたり、手洗いで疑問に思ったことを（石けんのあわ  
の仕組みなど）を調べたりしています。何かよい、おも  
しろい情報がありましたら、お知らせください。