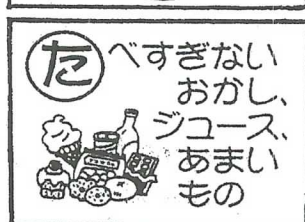
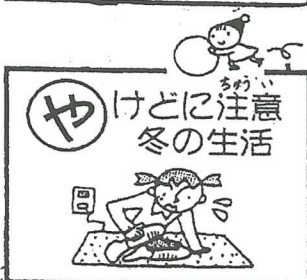


今年も残りわずかとなりました。みなさんにとって、2014年はどんな年でしたか。1年間を振り返ってみると、いろいろな事がありましたね。今年の反省は来年に活かしましょう。

また、冬休みはクリスマスやお正月など、楽しい行事がいっぱいあります。風邪やインフルエンザにかからないようにしっかり予防しましょう。

冬休みも元気に過ごそう



12月の保健目標

風邪の予防、うがい、手洗い

うがい・手洗い+保温★

寒くなり、保健室で気分がわるい、頭が痛いとうったえる子が多くなりました。きせつの変わりめは、カゼを引きやすいので、注意しましょう。

※カゼのよぼうは、基本的な生活習慣の他にうがい、てあらい、ほおんです。

下着をつけると、上着との間にあたたかい空気がたまり、ぽかぽか体があたたかくなります。その保温こうかは、なんと2度～4度。上着をかさねてつけるよりも下着をつけてあたたかくすごしましょう！



おうちの方へ

来週から、子ども達が楽しみにしている冬休みに入ります。県内では、インフルエンザの流行の兆しが伺えますので、お出かけの際にはマスクの着用等をおすすめします。(沖縄県インフルエンザ 112人)

また、年末年始で医療機関が休業にならない前に、お子さんに必要な治療・検査を受けさせていただきまよう、お願い致します。(歯科・眼科・耳鼻科等)

※治療は終了しているが、治療カードがまだ家にあるというお子さんは、学校に提出して下さい。