

# ほけんだより 2月

R5.2.22 1年級小 ほけんしつ



立春をむかえ、春は、もう、

すぐそこですね。心でも、まだまだ寒い日もありそうです。寒暖差に気をつけましょう！

そして、今、またあらためて...

感染症対策をしっかりと！

本校では、2月16日(木)からインフルエンザが急増し、

21日(火)は、全体で40人罹患しています。この他に、体調不良(頭痛, 発熱, かぜなど)で休んでいる児童も、

10人。今週になって、毎日50人以上のお休みです。

22日以降、この入数から減っていくのか... 増加傾向に

あるのか... 心配なところ。ひまつぶき、みんなマ子防に努めましょう！

## できているかな? せきエチケット



続けよう 手洗い 換気

# 二月、寒さに負けず元氣よく過ごそう。

## 花粉を99%カットする 魔法のマスク

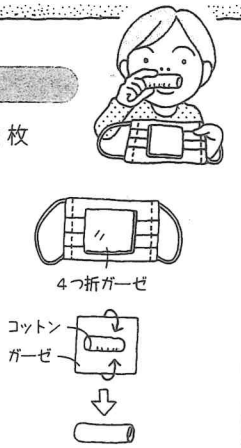
花粉症の原因は、花粉を鼻や口から吸い込んでしまうこと。

ところが、マスクに“ある工夫”をするだけで、花粉を吸い込む量を99%カットできるのです。

花粉症対策に、ぜひ作ってみてください。

### 作り方

- 10cmほどの正方形に切ったガーゼを2枚用意する。
- 不織布マスクに、①のガーゼ(1枚)を4つ折りにしてあてる。
- 化粧用のコットンを丸め、①の残りのガーゼでくるむ。
- ③を鼻の下にあてる。
- ②のマスクをつける。



※環境省「花粉症環境保健マニュアル2022」より

## 「ヤバイ」はヤバイ!

- おいしい
- 感動した
- こわい
- 緊張する
- ヒドイ
- カッコいい
- おもしろい
- まちがった

これ全部「ヤバイ」で表していませんか?

ひと言で気持ちを表現できるので、よく使っているという人もいられるかもしれませんが、言われた相手には、きちんと伝わっていないかも。



お互いが気持ちよく話せる言葉づかいを考えてみませんか?

## 「笑う」準備はできていますか?



季節を表す言葉として、俳句などで使われる「季語」。山には四季に合わせた4つの表現があることを知っていますか?

春	山笑う	夏	山滴る
秋	山粧う	冬	山眠る

ちょうど今の時期は、静かに「眠る」山が、一斉に花開いて「笑う」準備を始めた頃ですね。

みなさんも、あと2カ月で次の学年に。笑って新年度が迎えられるよう、準備はできていますか? 借りたままになっているもの、

謝っていなかったこと...今のうちに、スッキリしておきましょう。

そして、体調管理も大切なポイント。早起き朝ごはん、残り2カ月もがんばりましょう!

