

# ほけんだより



## 11月号



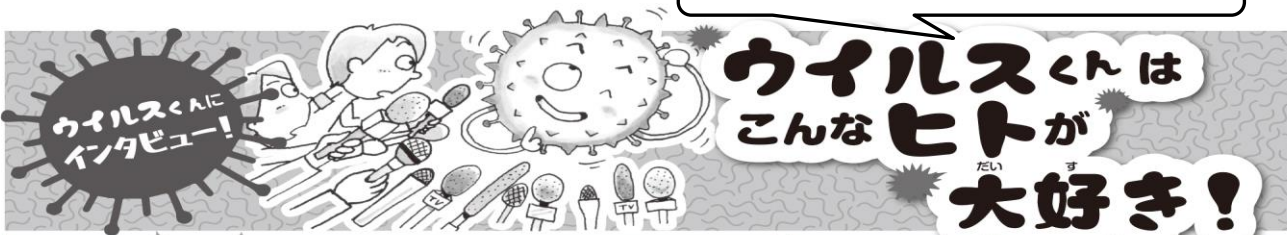
あさゆう ひ こ きび  
朝夕の冷え込みも厳しくなってきました。かぜやインフルエンザに感染しやすい季節です。今月はマラソン大会、高等部2年生は修学旅行もあります。うがい、服装の工夫、換気をするなどして、感染症を予防し、体調を整えましょう。

### 11月の保健目標

## てあら 手洗いうがいをしよう



かぜやインフルエンザウイルスなど



### くしゃみやせきを 手で押さえない子！

おかげで他の子のところまで飛んでいけるんだ～

### 手を洗わない子！

家に帰ったときや、ごはんの前に洗わない子が特にスキ！

### 窓を閉め切った 部屋にいる子！

外に追い出されず、一緒にいられてしあわせだな～

## ウイルスくんは こんなヒトが 大好き！

### 人ごみの中に よく行く子！

仲良くなるチャンスがいっぱいあるよ

### 夜ふかしをする子！

寝不足の子はめんえき力がないから、すぐに友達になれるよ



病気にならない（ウイルスくん嫌われる）ためには、どうすればいいかわかったかな？

# マラソン事前健康診断について

学校医の中川先生による内科検診

日時：11月12日(月) 13:30~

場所：保健室

対象：幼稚部・小学部・中学部・高等部本科

※もし、当日欠席して受診できなかった場合、予備日はありません。

日々の健康観察をしっかりと行ってください。

※体調面等でご心配なことがありましたら、担任または保健室へご相談ください。

※保健調査表に、体調について、医師からの指示等ありましたら詳しくご記入ください。



# 学校保健委員会を開催します

日時：12月13日(月) 9時50分~10時35分

場所：本校会議室

内容：『思春期に考える命の大切さ』

講師：埼玉県助産師会 日野 暁子 氏

対象：中学部生徒全員、全学部の保護者(希望者)

※参加を希望される保護者の方は、学校保健委員会の

お知らせにある出席票を切り取って学校にご提出ください。



# 歯みがき教室を実施します

日時：11月13日(火) 9時50分~10時35分

対象者：小学部全員、中学部1~5組、高等部Bコース

場所：各教室

大宮歯科衛生士専門学校(たいみや)の学生さん36名が、各教室にて一人一人の歯と歯ぐきをチェックして、歯みがきの指導(しどう)をしてくれます。



# 元気のなる木を掲示しました！

保健室前に、児童生徒保健委員みなさんが考えてくれた「元気になる言葉」(げんきになることば)を掲示(けいじ)しています。ぜひ見(み)に来て(き)ください。また「元気になる言葉」(げんきになることば)はまだまだ募集(ぼしゅう)していますので「元気になる言葉」(げんきになることば)を書き(か)に来て(き)ください。

一緒に  
がんばろう



新しい友達でも、  
千ク千ク言葉は  
使わ(つか)ないで

