

ほけんだより



～ 寒いこの時期だ！ 2月号 ～

寒い本格的になってきましたね。体調はいかがでしょうか？
 インフルエンザの流行について毎日のようにニュースで見ることがあります。インフルエンザは1年に何回もかかることがあります。予防に気を付けてお過ごしください。

言われてうれしい 心おこしな言葉

自分が言われてうれしい言葉が『心おこしな言葉』です。
 探してみるとたくさんあります。勇気を出して使ってみましょう！

あいさつ

- おはよう
- こんにちは
- おかえりなさい
- いただきます
- ごちそうさま
- どういたしまして

うけいれる

- みんな一緒だよ
- 賛成！
- そうだよ
- やさしいね
- 一緒に～しよう！
- よくがんばったね
- 相談にのるよ

ほめる・ほげまし

- ありがとう
- あきらめないで
- いいね
- うまいね
- 応援しているよ
- がんばったね
- 期待しているよ
- 金×タリトね
- すばらしい
- まかせたぞ
- やるね～
- どんまい
- やったね
- あつかれさま

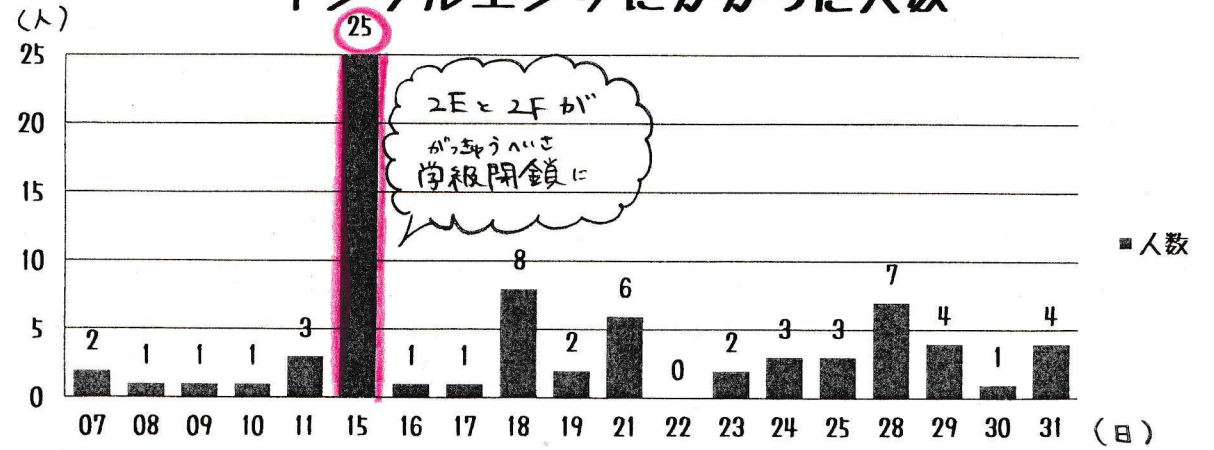
感謝

- ありがとう
- サンキュー
- 感謝しているよ
- たすかった
- お世話になりました

インフルエンザはやってます！

ほばり分校で、1月に

インフルエンザにかかった人数



2Eと2Fが
 学級閉鎖に

2月に入って、1月よりインフルエンザにかかる人は少し落ち着いてきました。
 まだまだ油断できません。一人一人が予防に気を付けて、周りの人にも

インフルエンザうつさずに済みます。

おうちの方へ

- 朝・調子が悪い時は学校を休ませる。
- 予防のためにマスクを付けさせる。
- 冬でも水筒を持って来させる。← 冬でも汗をかきやすい、のどの加湿にも！！

気を付けてあげてください。

ノロウイルスと気をつけて！

おうとけり（感染性胃腸炎）の原因の1つ、ノロウイルスが、今年も世間では流行っています。

清潔・新鮮・加熱を気をつける！

清潔 → 最も大切なのは手を洗うことです。料理をする前、食卓の前には、しっかり手を洗いましょう。

新鮮 → 料理に使う材料は新鮮な物が一番。期限に気を付けて使いましょう。2枚貝は要注意です。

加熱 → 食卓物はしっかり加熱しましよう。（中心部を85℃～90℃で90秒以上と言われています。）
 しっかり加熱すれば2枚貝でも安心です。

おうと物や下痢便で汚れた衣類は、85℃で1分以上の熱水処理または、塩素系漂白剤での消毒が有効です。学校では衣類の消毒まで出来ませんが、ご家庭でお願いします。