



ほけんだよい

令和2年12月23日 菅原小 保健室

25日から冬休みが始まります。今年は、家で過ごす時間が多くあると思います。朝おきる時間や、夜ふとんに入る時間がおそくならないように生活しましょう。

また、休み中も、手洗いやうがいをしっかり続けて、かぜや感染症の予防に努めましょう。安全に、楽しい冬休みをすごしてくださいね。

ふゆやす 冬休み はみがきカレンダー

★期間：12月25日～1月7日

★やり方：夜歯をみがいたら色をぬる。

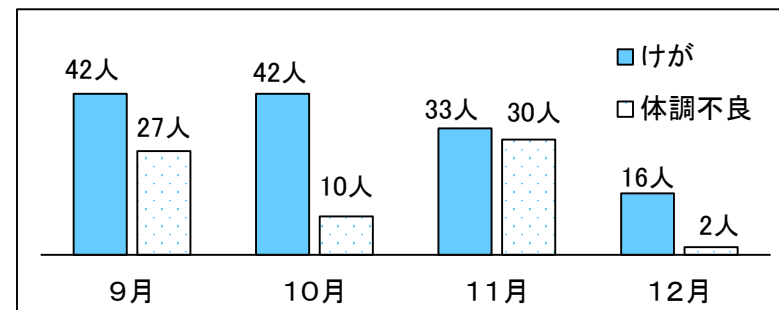
★提出日：1月8日（金）

冬休み中も、ていねいな歯みがきをつづけて、きれいな歯を目指そう♪



りょうじょうきょう ほけんしつ利用状況

(9月～12月)



冬休み 元気に過ごさナイト!

スタート!



であらいしナイト

手首も忘れず洗おう!

誕生日

10月15日

(世界手洗いの日)

好きなもの

石けんのにおい



手洗いを
わすれた!
1マス戻る

たべナイト

好き嫌いせず食べよう!

誕生日

8月31日

(野菜の日)

好きなもの

だし巻きたまご



手洗いを
毎日がんばる。
であらいしナイト
が仲間になった。
3マス進む

甘いものを
食べすぎた!
1回休み

バランスよく
食べる。
たべナイトが
仲間になった。
2マス進む



よくねナイト

早起きも続けよう!

誕生日

9月3日

(睡眠の日)

好きなもの

小さい頃から使っているまくら



夜ふかしせず
寝る。
よくねナイトが
仲間になった。
3マス進む

テレビを見ていたら
もうこんな時間!
2マス戻る

ルール

じゃんけんをして



グーで
勝ったら
1マス進む

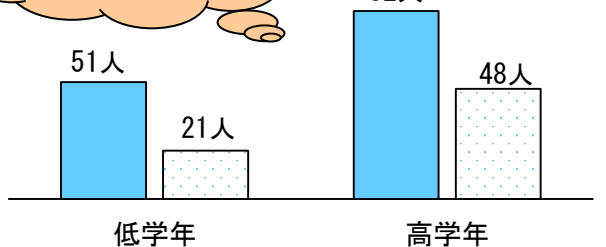


チョキで
勝ったら
2マス進む



パーで
勝ったら
3マス進む

高学年の利用が多く
見られました。



4年生がAED学習をしました(12月10日)



【感想より】

- 声をかけたりして、倒れている人や友達を助けたいです。
- 心臓マッサージは続けてやるのが大変だった。
- 人や大人を呼ぶのは大切だと思った。



具合の悪い人などがいたとき、見かけたときには、近くにいる大人を呼ぶことを学びました。