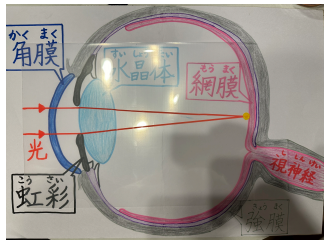


4年生に **目の健康の授業** をしました!!



もの見え方や目の仕組みを伝え、視力低下の原因と予防について考えました。今のうちから視力低下の予防をすることが生涯の目の健康を守ることに繋がります。近いところを見続ける生活にならないこと、屋外活動時間を増やすことを大切に、作戦カードに書いた目標を実践していきましょう!

これからが本番! **感染症の予防**

① 石けんです洗い

- ・外から帰ったあと
- ・ご飯を食べる前
- ・トイレのあと
- ・みんなが同じものを使ったとき



② マスク

口から出る息を
とばさないように、
咳エチケットとして!

③ 換気

寒いけど、空気を
入れかえよう!
対角線上に開けると
いいよ☆



おうちの大人へ
冬休みは短いですですがクリスマス、年末年始とイベントがたくさんあります。来年も元気よく学校に来れるよう休み期間も食事、運動、睡眠と規則正しい生活を心がけてください。また、家でのスマートフォンやゲームの使用時間などのルールを決め健康にお過ごしください。



保健室の先生のつぶやき

2024年もとってもあったかい間だった気がします。みなさんは、この年を漢字で表せますか? 先生は、「新」です! 新しい出会い、学び、挑戦、生活でいっぱいだったからです! みなさんも保健室に教えにきてください☆ 2025年もよろしくお願ひします!