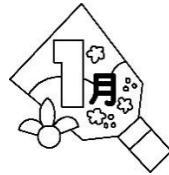


# ほけんだより



令和7年1月8日  
大部小学校  
保健室

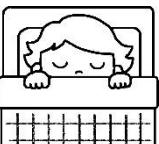
あけましておめでとうございます。冬休みは楽しめましたか？楽しい思い出を聞かせてくださいね。

インフルエンザなどの感染症が流行しています。手洗い・うがい・マスクはもちろん



早ね・早起き・朝ごはんの生活リズムも、しっかり整えましょう。

**元気アップ大作戦で生活リズムを整えよう♪**



3学期も元気アップ大作戦をおこないます。期間は1/9(木)～1/15(水)です。2学期の結果を

一緒に返します。2学期の結果に、先生がチェックを入れています。ピンク色のマーカーはできていたと

ころ、水色のマーカーは3学期頑張ってほしいところです。意識してみてください！

## 6つのポーズで洗い残し0

おねがいのポーズ



手のひら

かめのポーズ



手の甲

おやまのポーズ



指のあいだ

おおかみのポーズ



爪のあいだ

バイクのポーズ



おやゆび  
親指

つかまえたのポーズ



てくび  
手首

## 換気をしないと、こんなことに！?



空気が汚れ、嫌な臭いがする



チリやホコリがアレルギーの原因に



二酸化炭素が増え、頭痛がする



ウイルスが増え、感染しやすくなる