

ほけんだより2月

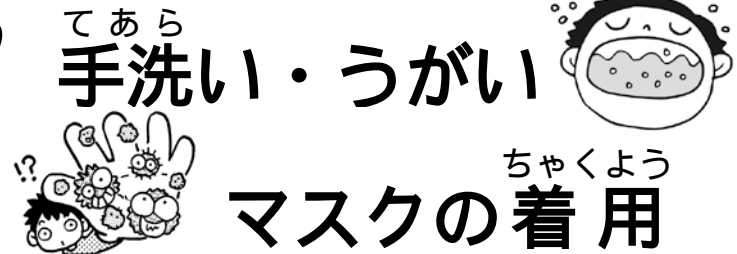
平成30年2月1日
さいたま市立つばさ小学校

2月の保健目標 『心も体も元気にすごそう』

寒い日が続いていますが、暦の上では「節分」から「立春」と春を迎える時期となりました。でも、一般的には1月下旬から2月にかけて最も寒くなると言われています。これまで以上にしっかりとした防寒対策が必要ですね。また気温が低く、空気が乾燥しているとかぜやインフルエンザなどの感染症が流行します。毎日の手洗い・うがいなど感染予防にも一層集中的に取り組みましょう。

“子どもたちに、悪いことが近付きませんように。ますます元気に過ごせますように。”
「鬼は外！ 福は内！」

つづけていますか？



去年の11月・12月、つばさ小学校ではインフルエンザB型が流行しとても心配をしました。今は、流行がおさまりほっとしていたところでしたが…まだまだ油断はできません。2年2組さんや近くの小学校では、インフルエンザが流行しています。また今度はA型のインフルエンザに感染してお休みする人も出てきています。感染予防のため、部屋を乾燥させない、のどや鼻を冷やさない、外出から帰ったら、うがい・手洗いをする、できるだけ人混みには出かけない、睡眠をよくとり、十分な休養をとる、バランスのとれた食事をするなど、防止に努めましょう。

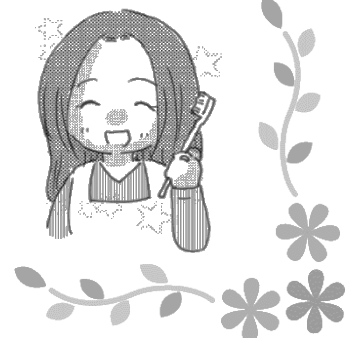
今年もつばさ小学校は「お口の学校」で輝かれました！

ちくしんさ 地区審査 → 優秀校
ゆうしゅうこう
ちゅうおうしんさ 中央審査 → 努力校
どりょくこう

審査の基準として…

- ① むし歯のない健康な歯の人が多かったこと。
- ② 永久歯(大人の歯)の治療率が上がったこと。
- ③ 歯や口の中の健康について、日頃から一生けん命取り組んで活動していること。

などがあげられていました。つばさ小学校のよい伝統の一つとなるようこれからも歯を大切にしましょう。



食べても「福は内」!

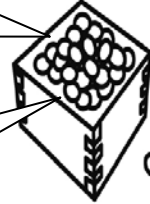
大豆は、栄養満点



からだ (からだ) ち (ち) きんにく (きんにく) をつくる!

ひ (ひ) ふ (ふ) を (を) じょうぶ (じょうぶ) に (に) する!

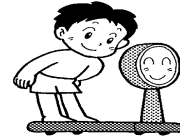
2月3日の節分。「鬼は外」「福は内」のかけ声とともに豆をまきます。歳の数だけ食べるとよいことを招き、悪いことを追い出すとされています。この豆まきでよく使われる大豆は、たんぱく質をはじめとする栄養がたっぷりです。豆まきだけでなく、食べることで、こんな「福は内」があります。



つかれ (つかれ) を (を) かいふく (かいふく) させる!

せいかつ (せいかつ) しゅうかんびょう (しゅうかんびょう) を (を) よぼう (よぼう) する!

こんなに大きくなりました!!



昨年(さくねん)の4月(がつ)から、つばさ(つばさ)っ子は(こ)すくすく(すく)育(そだ)っています。かっこ(かっこ)内の(ない)数字(すうじ)は、4月(がつ)の身体計測(しんたいけいそく)からどれくらい成長(せいちょう)したか(あらわ)を表(あらわ)しています。みなさん(みなさん)は、どれくらい(どれくらい)大き(おお)くなりましたか(おお)か。自分(じぶん)の成長(せいちょう)をお家(うち)の人(ひと)と一緒(いっしょ)に確(たし)かめて(か)ください。 ※10組(くみ)のみなさん(みなさん)の結果(けっか)は各学年(かくがくねん)の中(なか)に入(はい)っています。



項目	男子				女子			
	身長(cm)		体重(kg)		身長(cm)		体重(kg)	
1年生	121.5	(4.7)	22.4	(1.6)	120.7	(4.3)	22.3	(1.6)
2年生	127.4	(4.2)	25.8	(2.3)	126.5	(4.5)	25.2	(2.2)
3年生	133.2	(4.5)	29.3	(2.9)	131.5	(4.5)	28.8	(2.7)
4年生	138.0	(4.2)	32.5	(2.8)	139.4	(4.9)	32.1	(2.8)
5年生	143.8	(4.5)	36.7	(3.1)	145.2	(4.6)	36.7	(3.4)
6年生	152.8	(6.0)	42.8	(4.3)	152.7	(3.6)	42.6	(2.6)

第2回 学校保健委員会を開催いたします!

- 日時 平成30年2月15日(木) 15時15分~16時15分
- 場所 つばさ小学校 体育館2階 ミーティングルーム
- 内容 講演 『ツボミスクール』
講師 株式会社ワコール 上地 朋子 様

6年生を対象に『薬物乱用防止教室』を行います!

- 日時 平成30年2月22日(木) 3時間目
- 場所 つばさ小学校 体育館
- 内容 講話 『薬物乱用とみんなの未来』
講師 本校学校薬剤師 青木 大祐先生

