

ほけんだより 冬休み号

# げんき



碧南市立大浜小学校

保健室

令和7年12月22日

いよいよ冬休みが近づき、2025年も終わろうとしています。今年はみんなにとってどんな1年でしたか？みんなが心も体も元気に1年を送ることができたらうれしいです。残り少ない12月もかぜやインフルエンザに気をつけて、気持ちよく新年をむかえましょう！



1月の保健安全目標  
かぜやインフルエンザを予防しよう

## 2学期のほけんしつ

▼けがの数 396件

▼病気の数 355件

2学期の保健室来室数は、

その他の来室を合わせて 773件 でした！

★2学期は暑い時期の熱中症から寒い時期のインフルエンザまで、気をつけたい病気がたくさんありました。みんなは健康に気をつけて生活することができたかな？ふりかえりをして、3学期も元気に過ごしましょう！

## 3学期の身体測定について

1月 9日(金) 5年生

13日(火) 4・6年生

14日(水) 2・3年生

15日(木) 1年生・5~10くみ



身体測定がある日は、体そう服を着て登校してください。

また、かみの毛は耳より上で結んでこないようにしてください。

# ふゆやす びんご 冬休みビンゴ



じどうしゅうかい 児童集会では、全校のみんなで「先生bingo」をやりましたね。こんかい ふゆやす 今回は、冬休みをみんな が健康で安全に過ごすポイントをbingoにしてみました。  
けんこう あんぜん すほいんと ひんこ できたら〇をつけて、いくつbingoできたか教えてくださいね。



<b>うんどう 運動をする</b> 	<b>ただしく手洗いする</b>	<b>しゅくだい 宿題は はやめにやる!!</b>
<b>げーむやスマホは やりすぎに注意！</b>	<b>はやね・はや起き</b>	<b>たべすぎ注意!!</b>
<b>いえ 家のお手伝いを 3つ以上する</b>	<b>お酒・たばこなど 危ないものに 手を出さない</b>	<b>まいにち は 歯みがきをする</b>

お酒はいつでも、どこでもきっぱり 断りましょう。みんなの年齢で  
お酒が法律で禁止されているのは、大切な理由があるからです。

**×大人よりも依存症になりやすい**

**×脳や骨がしっかりと成長しなくなる**

**⇒背が伸びない、骨折しやすい!!**

