

ほけんだより 1月

平成29年1月10日
八王子市立山田小学校
保健室



あ たらしい年の始まりです。

けんこうに

まるい心で

しあわせにすごせますように。

てんきのよい日は

おもてに出ると

めずらしい景色に

であえるかもしれません。

とっておきの

うれしいことがありますように！

しんたいけいそく

身体計測があります

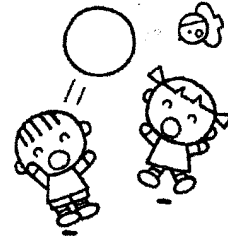
1月11日(水)	1年生	★身長・体重をはかります。当日は、
12日(木)	2年生	髪を真上や真後で結ばないように
13日(金)	3年生	しましょう。
16日(月)	4年生・6-1	★「わたしの健康」を持ち帰ったら、
17日(火)	5年生	保護者の方に見ていただいて、家で
18日(水)	6-2・6-3	大切に保管しましょう

保護者の方へ

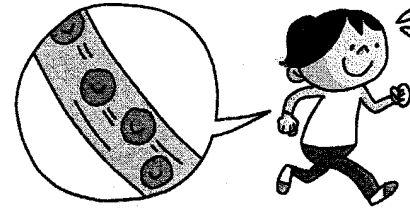
- ・12月の感染症情報 インフルエンザA型 5名 B型 1名
感染性胃腸炎 1名 溶連菌 2名
- ・市内では、インフルエンザと感染性胃腸炎が注意報レベルとなっています。
御家庭でも引き続き手洗いうがいの励行をお願いいたします。

1月のほけんもくひょう

そと げんき うんどう
外で元気に運動しよう



寒い冬でも「外あそび」には
いいことがいっぱい！



血のめぐりが良くなって
体が温まります。



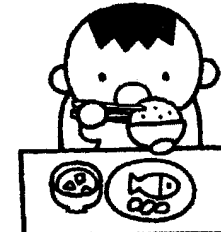
ひふが丈夫になって
寒さに強くなります。



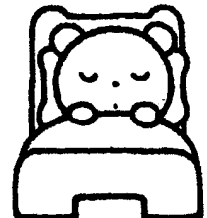
丈夫な骨が
できます。



頭がさえて
勉強に集中できます。



ごはんをおいしく
食べられます。



夜もぐっすり
眠れます。

からだ つか つか
体は使えば使うほど、よくはたらくようになり、

のう
脳もよくはたらくようになります。

てんき よ ひ そと
天気の良い日は外でたくさん遊び、体を動かしましょう。