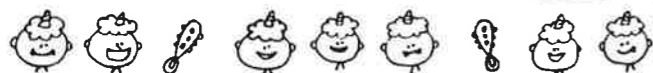


# ほけんだより 2月



2018. 2. 1  
美川小学校保健室  
おうちの人といっしょに  
よみましょう。

月曜日と金曜日の業間体育では、なわとびに取り組んでいます。すると、「上着があると跳びにくい」と、躊躇なく上着を脱いで半袖で跳び続ける人もいます。ああ、なんて元気なんだと思いつつながら、なんだかこちらも楽しくなって、寒さと戦っているところです。

健康観察では、「鼻水」、「頭が痛い」という主訴が気になります。おうちを出る前に、ご家庭での健康観察を続けてもらえたらと思います。よろしくお祈りします。

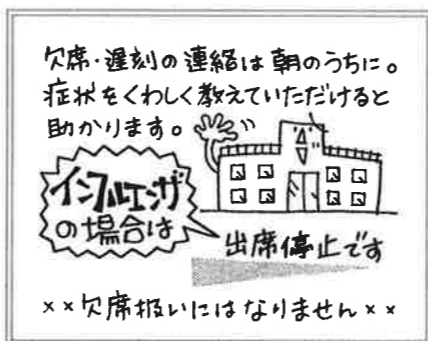


## 感染症情報!

山口県環境保健センター、  
学校欠席者情報収集システムデータ より

☆インフルエンザ...すべての地域で増加し、定点医療機関の報告数が警戒レベルの30を上回ったため、1月24日から警報が発令されています。

県内では、山口市・周南市を中心として、幼保・小中高での学級閉鎖が目立っています。

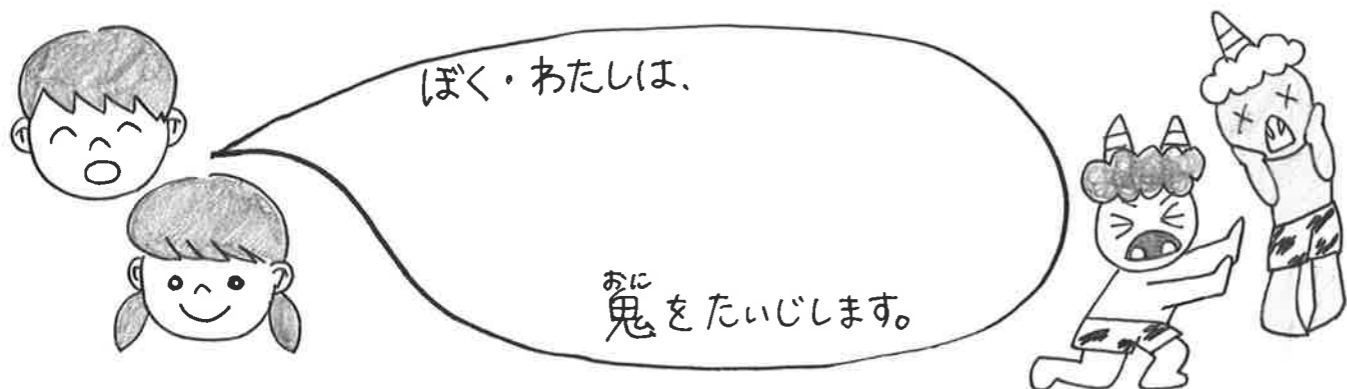


人混みはなるべく避けて、マスクなどで対策をいげよう。



## 鬼たいじをしよう!

2月3日は節分です。節分は「季節を分ける」という意味があり、立春の前日です。季節の変わり目には、邪気(鬼)が生じることから、豆をまいて、邪気(鬼)を追い払う意味が込められています。あなたの退治したい鬼はどんな鬼ですか?



第2回  
学校保健  
安全委員会

## 美川っ子の健康をめざして ~うんちについて考えよう~

1月25日(木)に、学校保健安全委員会を開催しました。委員会児童による、「美川っ子の生活と排便の関係」についての発表の後、「うんこダスマンたいそう」を参加者みんなでおどりました。その後に、グループで日頃の生活を振り返りながら、よりよい排便習慣を作るためにどうするか話し合いました。

たくさんのご参加  
ありがとうございました

### 【委員会児童による発表】



委員会のみならずともよかったです! ありがとう♡

### 【みんなでうんこダスマンたいそう!】



校医さんもおどってくださいました。

### 【ディスカッション】



自分の生活を見直しながら話し合うことができました。

### 【感想】

- ・「うんこダスマンたいそう」とっても楽しかったです。
- ・お母さんと、なんで出ないかを考えて分かったのがよかったです。
- ・子どもたちはなかなか毎日排便できないので、家でも話し合ったらいいなと思いました。
- ・考えるきっかけになってよかった。

### 【福田先生より】

・今年のインフルエンザは、同じA型の中でも2タイプあって、1つは熱が上がりにくいので、気づきにくいです。  
・お風呂につかって体をあたためて、十分な睡眠をとって、インフルエンザに負けない体をつくってください。



### 【山本先生より】

・よくかんで食べることで、唾液や胃液、膵液など、いろいろな消化液が出て、消化を助けます。よい消化ができると、よいうんちができます。  
・特に、食物繊維を多く含むものがうんちにいいです。



子どもたちは  
ハタマに興味津々です!