

★おうちの人と一緒に読みましょう。★

# ほけんだより 1月

家庭数

令和4年1月11日  
鴻巣市立小谷小学校  
保健室

2022年がスタートし、3学期が始まりました。冬休みは楽しくすごすことができましたか？引き続き、手洗い・うがい・マスク・換気・加湿等の感染症対策をしっかり行い、自分や周りの人の健康を守りましょう!!!



ほけんいいんかい ほっぴょう  
保健委員会で発表しました!



1月11日の始業式に、1月の生活目標「寒さに負けず外遊びをしよう」を全校に伝える中で、保健委員会でいった「手洗いの美談」や「小谷っ子手洗いアンケート」の結果を発表しました。手洗いアンケートでは、手洗いはよくできているが、30秒間しっかり洗っている人が少ないことがわかりました。また、手洗いの美談では、30秒間手を洗わないと手の汚れが落ちないため、しっかり手洗いをする必要があることがわかりました。業間休みには、外遊び、手洗い・うがい、教室の換気の実施について毎日放送で呼びかけていきます。

はついくそくてい  
**発育測定があります!**  
1月13日(木) 1・2・3年生  
1月14日(金) 4・5・6年生  
※結果は「健康の記録」でお知らせします。

※頭の上で髪を結ぶと正確な身長を測ることができないので、耳の横などで結びましょう!  
※体育着を忘れずに持ってきてきましょう!

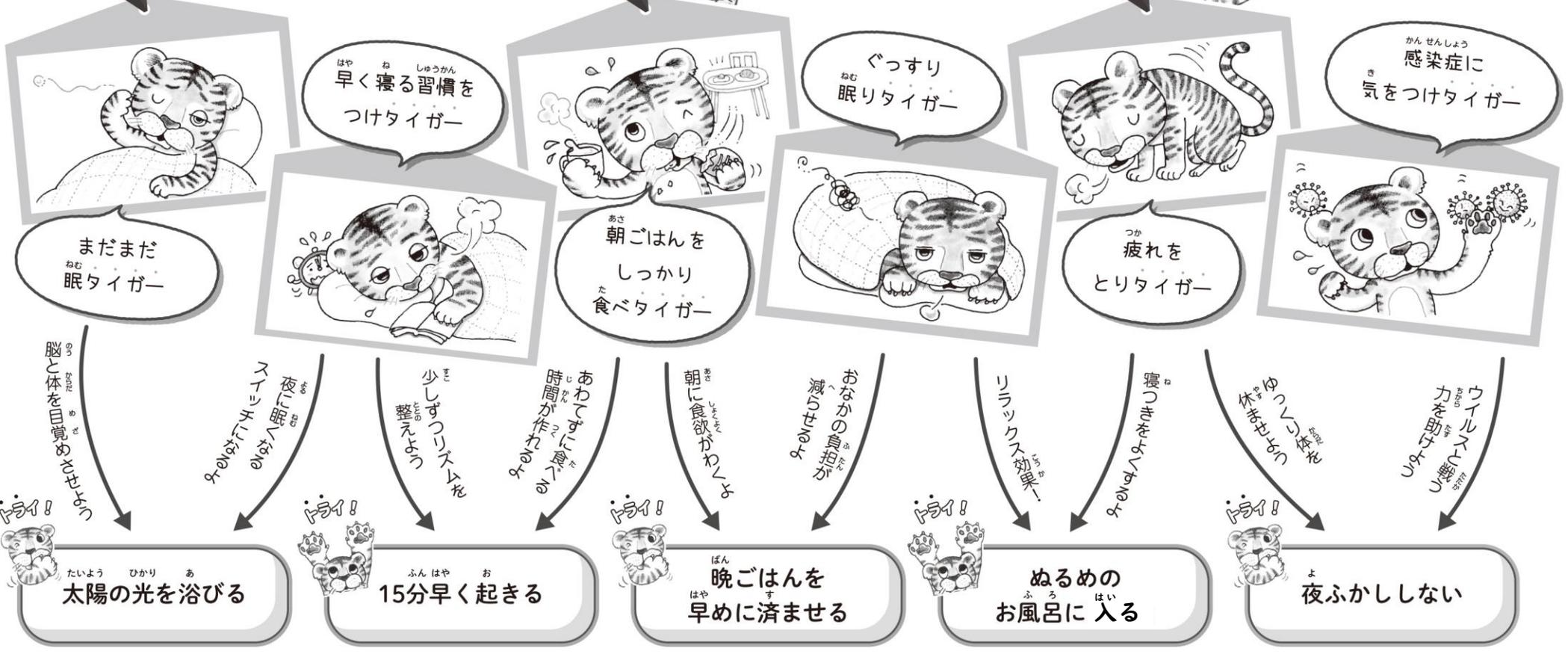


ブラックライトを使ってどのくらい汚れが落ちないか調べました。

石けんを使って30秒間  
しっかり手を洗いましょう!



## 「元気な1年」なら、今日から!



## 今年の健康目標

2022年を健康に過ごすための目標を書いてみましょう。

＜お知らせ＞  
～必要な方に生理用品をお渡しします～  
鴻巣市より新型コロナウイルス感染症拡大等の理由から生理用品の購入でお困りの方を対象とした、生理用品の配付がありました。必要のある方は、保健室までお声がけください。なお、個人情報などの記入の必要はありません。