

今年も元気よくスタートしました。

今年も名和っ子が元気で楽しく過ごせるよう願っています。  
 楽しかった冬休みも終わり、いよいよ学年の締めくくりの3学期をむかえました。  
 インフルエンザ・感染性胃腸炎等の感染症も流行期をむかえます。体調を崩さないよう「生活のリズム」「栄養」「てあらい・うがい」「換気」「マスク」でウイルスをよせつけないようにしましょう！

★身長・体重をはかります。

6年生以外は本年度最後の測定になります。  
 結果は「成長の記録」に記入してお知らせします。  
 1年間の成長の様子で気になることがありましたら、保健室に連絡ください。(特に低身長等について)



＜学年日程＞

12日(木)	6年
13日(金)	5年
16日(月)	4年
17日(火)	3年
18日(水)	2年
19日(木)	1年

★お子さんの健康観察をお願いします。

「朝のめざめ」「身支度」「朝ごはん」等の様子を見ていただき、いつもと違う？ おかしいな！！と感じられたら、体温測定をしてお子さんの体調を確認してから登校させてください。寒い中、登校して症状が悪化する場合がありますのでよろしくお願いします。



マスクの効果

マスクはインフルエンザなどにかかった人のウイルスが外に飛び散るのを防いだり、体の中に入ってくるのをある程度防ぐことができます。また、のどや鼻に湿り気をあたえウイルスの働きを低下させます。しかし、

きちんとつけないとマスクの効果があがりません。

自分のため、周りの人のためにも、マスクはきちんとつけよう！



つけるときは…



1 まずは鼻をしっかりとさえて…  
 2 次にあごもしっかりさえます

はずすときは…



3 マスクの表面にはふれないように気をつけて  
 4 ごみ箱に捨てます。

「あまっ子ジャンプ」にチャレンジ!

尼崎市教育委員会主催、市内の小学校が学級ごとにチャレンジしています。2月の第3回「あまっ子ジャンプ」にむけ寒さに負けず練習します。

- \* 低学年の部「みんなで通り抜け」・・・3分間に何人が通り抜け出来たか？  
参加人数と回数できそいます。
  - \* 中・高学年の部「8の字跳び」・・・3分間に何人が縄を跳べたか？  
参加人数と回数できそいます。
- ♪みんなで数を数える大きな声と記録がでたときの歓声を楽しみます。



かぜのクイズQ&A

Q クイズ

インフルエンザにかかるとは、人間だけ。これってホント？ ウソ？



- ①ホント。ほかの動物はかからない
- ②ウソ。ほかの動物もかかる

A コタエ

インフルエンザには、A型、B型、C型の3種類があります。このうち、B型とC型は、人間だけがかかります。A型は、人間だけでなく、鳥やブタなど、いろいろな動物もかかります。



Q クイズ

かぜをひくと、熱が出るのは、なぜ？



- ①かぜのウイルスが、からだの中で熱くなっているから
- ②からだかウイルスとたたかっているから

A コタエ

かぜのウイルスは、熱さが苦手です。そこで、ウイルスがからだに入ってくると、ウイルスをやっつけるために、からだはがんばって熱を出します。熱が出るのは、からだかウイルスとたたかっているからなのです。



★名和小感染症情報

- 1月13日(金) 全校14人欠席
- ・インフルエンザA型・・・1人
- ・熱を含むかぜ等の症状・・・7人
- ・その他・・・6人

今週末から、寒さが厳しくなるようです。市内でも、インフルエンザA型が、流行し始めています。インフルエンザウイルスは、寒さに強く乾燥した空気を好みます。加湿器を上手に利用し乾燥からまもりましょう。

