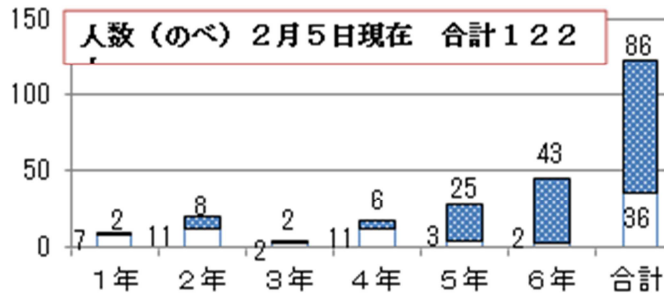


＜お家の人と一緒によんでね＞

寒い日が続いていますが、名和っ子の元気の良い声が運動場から聞こえてきます。でも、寒さは続きます引き続き、手洗い・うがい・栄養・睡眠にところがけインフルエンザを防ぎましょう！

★インフルエンザ「罹患者」 □ A型 □ B型



◆名和小インフルエンザ情報！

2月5日(月) 全校の欠席は34人

- ◆インフルエンザA型・・・2人
- ◆インフルエンザB型・・・5人
- ◆熱を含むかぜの症状・・・12人
- ◆おう吐・下痢・お腹の症状・3人
- ◆その他(無届含む)・・・12人

学級閉鎖していた5-3も元気に登校し名和小全体のインフルエンザ罹患者は減ってきています。

＜2月5日(月)の学年罹患者A・B＞

- ・1年：1人・2年：2人・3年：0人
- ・4年：1人・5年：3人・6年：0人

＜学年罹患の様子です＞

インフルエンザを予防しよう！

学校は集団生活をして生活していますので、気をつけていても兄弟関係、友達やクラスを通じて感染していきます。少し注意することで防げることもあります。考えてみましょう！

◆ウイルスを体の中に入れてないようにしよう！



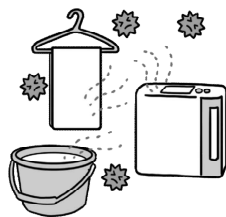
- 1 手をきれいに洗って食べる。(給食のパンやデザートのは特に洗い洗ってね)
- 2 ウイルスは目や鼻からも入るので、目や鼻をなるべくさわらない！

◆マスクで自分とまわりの人をまもろう！



- 1 ウイルスは、せきやくしゃみつばや鼻みずと一緒にとびちります。(マスクで防ぎます。)
- 2 空気中のウイルスを吸いこまないように上手にマスクをつけよう！

◆ウイルスがいやがる環境をつくろう！



- 1 インフルエンザウイルスは乾燥した空気が大好きです。
- 2 上手に加湿してウイルスを弱くしよう！

★冬も水分補給をわすれないで！・・・

寒いから“のど”がかわかない？いいえ！空気がかわいているので体もかわいています。給食の牛乳だけではたりません！少なめでいいので、お茶をもたせてください。

節分には「福は内! 鬼は外!」 

2月3日の節分には、「福は内! 鬼は外!」と叫びながら大豆をまいて鬼(災難)を払い、1年の無事を願う行事がありました。豆まきはしましたか? 自分の中の鬼も追い出すところがけましょう!



イライラ鬼

子どもをイライラした気にさせる悪い鬼

深呼吸をしてころをおちつかす。
悩みはそうだんする



食べ残し鬼

子どもに好ききらいをすすめる悪い鬼

野菜や魚、のこさずよくかんでたべましょう!

ねぼう鬼

子どもを布団の中でつかまえてねぼうに誘う悪い鬼

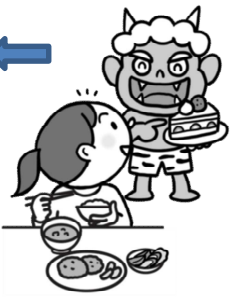
朝、ふとんからでて朝日をあびると、脳がめざめるよ!



むし歯鬼

子どもを甘いものに誘い、歯みがきをさせない悪い鬼

おやつは時間をきめごはんのあとはみみがきタイムをきめておくと



夜更かし鬼

子どもを夜おそくまでねかせない悪い鬼

ねむっている間に成長ホルモンがでます。おそくても10時にはねましょう!



メディア鬼

子どもをスマホやテレビに長時間付き合わせる悪い鬼

スマホやゲーム・テレビはお家の人と時間やモラルのルールを決めてね。

★めいわっ子、わる鬼のさそいにはダメダメ! ところの中のわる鬼もおいだししょう!

★「せきエチケット」より

- ・「マスク」をしていないとき・・・
- ・「せき・くしゃみ」はどうする?
- 自分の服の袖口でおおうようにする。
- ×手や手の平でおおっていると、ウイルスが手や指につきます。それがドアや机などについて感染していきます。
- でも、マスクが一番!

♪笑うかどには、福きたる!

笑っているとき・・・どんな顔?

自分では自分の笑顔がわかりませぬね。また、怒ったときはどんな顔をしているのかな?



カガミの前でためしてみよう! どっちがいいかおこな?



たくさん福がきますように!