

# けんこういちばん

令和7年2月4日 NO.10

“けんこうな心とからだに”

豊見城市立ゆたか小学校保健室

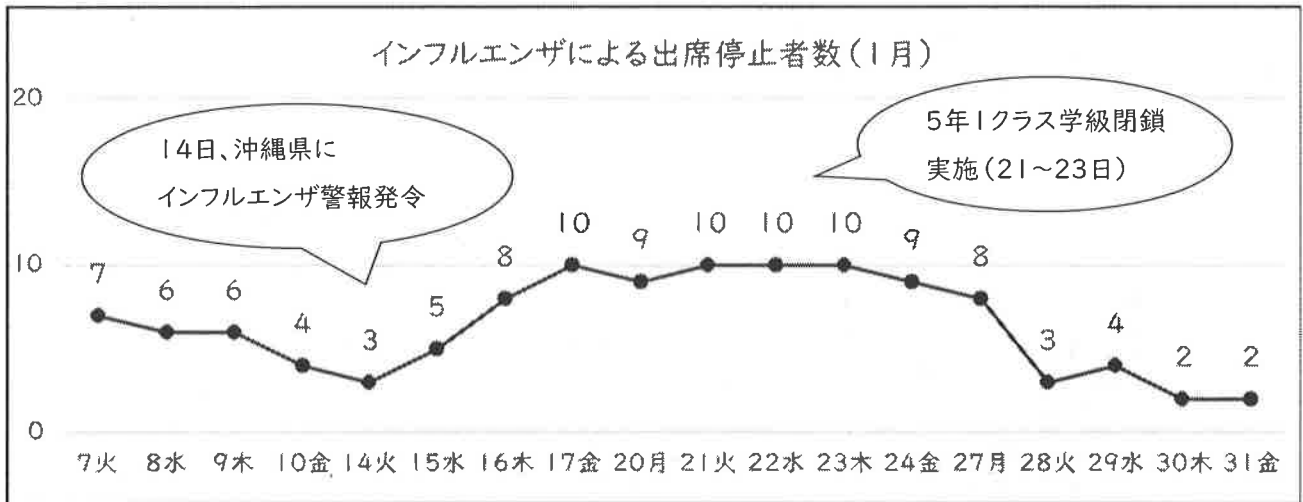
1月14日、沖縄県にインフルエンザ警報が発令されました。

豊見城市内の学校でも学級閉鎖が行われるなど感染者の増加がみられます(本校でも1月に1クラスで学級閉鎖実施)。

これからも、みんなで感染予防に努めましょう。



## 本校のインフルエンザ発生状況



上のグラフのように、本校では1月にインフルエンザが少し増えて心配しました。

感染者は減少してきましたが、1月は病気による欠席が多く(1日平均21名)、保健室では58名が休養し、27名は保護者に迎えてもらうなど、体調をくずす児童が多くみられました。

学校では手洗いや換気などで感染予防に努めますので、お家の方でも引き続き朝の健康観察のご協力をお願いします。ハンカチや上ばきを忘れる児童もみられますので、声掛けをお願いします。

かぜ

# 風邪

# インフルエンザ

りゅうこうちゅう

# 流行中!

てあら  
手洗い・うがいをする

マスクをする

ひとご  
人混みを避ける

きそくただ せいかつ  
規則正しい生活をする

さむくうきかんそうふゆかぜはや  
寒くて空気が乾燥する冬は、風邪やインフルエンザが流行りやすいです。

じぶんたいさく  
自分でできる対策をしましょう。

とも 友だちに **ど** **っ** **ち** の **言** **葉** をたくさん使っていますか？



ひだりがわ ことば 右側の言葉は、あいて こころ きず かな 相手の心が傷ついたり、悲しくなる言葉です。みぎがわ ことば 左側の言葉は、あいて ゆうき 相手が勇気づけられたり、明るい気持ちになる言葉です。

あなたも、失敗した時に「ください」と笑われて悲しくなったことや、とも 友だちのためにした行動に「ありがとう」と言われてうれしくなった

ことがあるのではないのでしょうか。おなじように、あなたの言葉にも相手の気持ちを変える大きな力があります。

日頃から「どんな言葉を使うと相手が喜ぶかな？」と考えるようにすると、きっとずっと仲良くいられますよ。



とも 友だちにこんなことをしていませんか？

- 自分の考えを押しつける
- がんばっていることをからかう

どんなに仲が良くても、笑っていても心は傷ついているかもしれません。

とも 友だちを大切に **するヒント**

- ♥ 元気がなかったら、声をかけて話を聞く
- ♥ いつでも感謝の気持ちを伝える

大切なのは相手の気持ちになって考えること。とも 友だちとずっと仲良くしよう。

きみにもできる **食物アレルギー対策!**

誤ってアレルギーのあるものを食べると、時には命に関わることもある食物アレルギー。自分とは関係ないと思っていませんか。でも食物アレルギーの人のためにできることがあります。

▲ 食べ物や飲み物をこぼさない

食べるだけでなく触るだけでもアレルギーの症状が出ることもあるよ

▲ アレルギーの子が苦しそうなときは

近くにいる大人にすぐに言う

絶対に動かさず、近くの大人を呼ぼう

▲ 食べ物を交換しない

おかずやおやつを交換すると、アレルギーのある食べ物が入っているかも



食物アレルギーがある人もない人も一緒に気をつけましょう。