



さいたま市立海老沼小学校保健室 令和8年2月2日 発行

2月は、別の呼び方で、梅見月ともいわれます。梅は、
きびしい寒さの後、春の訪れを告げる花です。暖かく
なるのが、待ち遠しいですね。まだ寒い日は続きそうデ
す。空気もかんそうしていて、かぜやインフルエンザ、
胃腸炎にも注意が必要です。引き続き、手洗いうがい
やかん気をして、冬を元気に過ごしましょう♪

こんげつ ほけんもくひょう
今月の保健目標

ふゆ げんき す
冬を元気に過ごそう



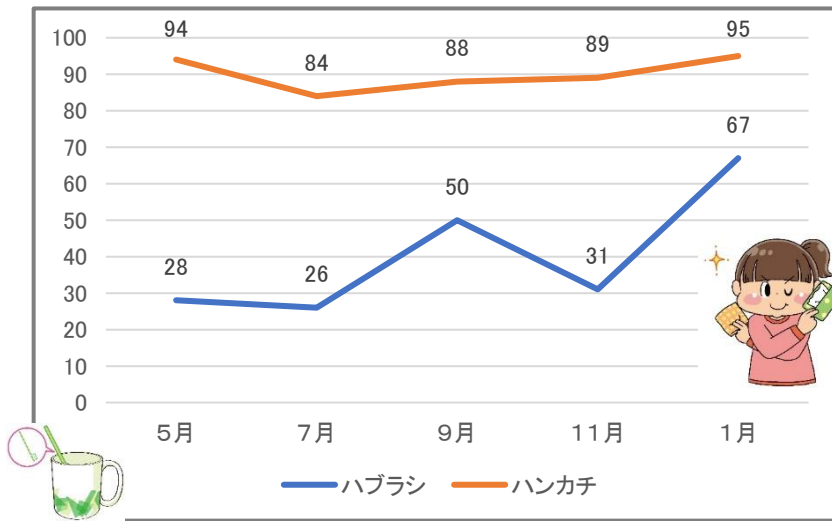
3年生 生命（いのち）の安全教育を行いました！

1月22日（木）に埼玉県助産師会より、助産師さんが4名来校され、3年生に生命（いのち）の安全教育を行いました。

プライベートゾーンは、人に見せたりさわらせたりしてはいけないところということや、赤ちゃんがお腹の中でどのように成長しているのかということを教えていただきました。子どもたちは、赤ちゃんがお腹の中にある様子の展示を興味深そうに見たりさわったりしていました。とても小さいいのちのもとから始まり、ここまで大きく成長していることを知ることができました。改めて、いのちの大切さについて考える機会となりました。



まいにちも 毎日持ってきていますか？



まいつきようか
毎月8日はハブラシ点検、毎月18日はハンカチ・ティッシュ点検を行っています。上のグラフは、全校の結果をまとめたものです。ハンカチわすれは、毎月90人ほどいますね。手をあらった後、どうしていますか？給食の後、外遊びに行く前に歯みがきをしていますか？朝、「行ってきます！」とおうちを出る前に、ハンカチ・ティッシュ、ハブラシ・コップを持ったかどうか確認しましょうね。



ほけんしつ日記

1月の保健委員会では、一人ひとりが3学期のめあてを考え、発表しました。保健委員会の仕事はトイレトペーパーや石けんの補じゅうです。もし、わすれてしまうと、えびっ子全員がこまっしてしまいます。みんな「がんばるぞ」という気持ちを発表してくれました。

残った時間は、絵の具や習字のすみなどでよごれた石けんボトルと水道の鏡をきれいにしました。保健委員さんたちは、時間いっぱい一生けん命おそうじをしていました。おそうじが終わると、石けんボトルも鏡もとってもピカピカになっていました。毎日使う物や場所がきれいだと気持ちがいいですね。えびっ子のみなさんも自分たちが使う物や場所は、きれいに使いましょうね。

花粉症の季節がやってきました



くしゃみ・鼻水・鼻づまり

目のかゆみ

こんな症状がある人は

花粉症かも！



ぼうしやマスク、メガネで

花粉をふせよう！

手あらいうがいもわすれずに！

