

12月いきいき

香川中部支援学校
ほけんだより
令和7年度

気き
つけよう
感かん
染せん
症じょう
に



寒くなって、風邪やインフルエンザが流行る季節になりました。くしゃみ1回で、目に見えないウイルスがたくさん飛び出します。でも、マスクをしたり、口をおおったりすると、周りの人を守ることができます。思いやりの気持ちで、お互いの健康を守りましょう。

12月の予定

ひづけ 日付	こうもく 項目	たいしょうしゃ 対象者
2日 (火)	たいじゅうそくてい 体重測定	ちゅううがくぶ 中学部
3日 (水)	たいじゅうそくてい 体重測定	しょうがくぶ 小学部
4日 (木)	じどうせいと 児童生徒 保健委員会	じどうせいと 児童生徒 保健委員
10日 (水)	たいじゅうそくてい 体重測定	ようちぶ 幼稚部
	がっこうほけんいいんかい 学校保健委員会	



保健目標

元気な体を守るために、
教室の空気を入れ替えよう！

給食目標

みんなで協力して、ていねいに
配せんと片付けをしよう！

保健室からのお願い (保護者の方へ)

春の健康診断の結果、病院受診が必要な人には、受診のお知らせを配布しています。まだ受診できていない人は、冬休み中に受診して、受診結果を学校までお知らせください。



かんせんじょうちゅうい
感染症に注意!

6のアクリシヨン

健康
こころ

過ごすための

手洗い

ひまめに・ていねいに

換気

窓の2か所を開けると◎

ポイント

1

ウイルスを寄せつけない！

ポイント

2

めんえきりょくたか
免疫力を高める！

ポイント

3

うつらない、
うつさない！

食事

バランスを考えよう

睡眠

心も体も大切！

運動

意識して体を動かそう

ふゆやすみき
合言葉に、

元気に過ごそう！



ふ

フルーツや野菜を食べて、力に負けない体を作ろう

ゆ

ゆうわくに負けず、食べすぎに注意しよう

や

やりすぎ注意！ スマホやゲームは時間を決めて

す

すいみん時間はたっぷり取ろう

み

みんなで笑って、よいお年を

