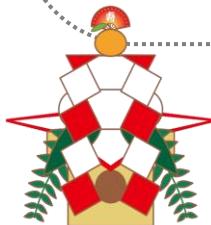


ほけんだより

=1月号=



令和8年1月8日
板橋区立志村小学校
校長 佐久間 康弘
保健室 小林 史弥



新年、あけましておめでとうございます。

さあ、^{きょう}から 2026年の学校生活がスタートです。今年もたくさんのこと学び、経験し、充実した1年になるようはりきっていきましょう！

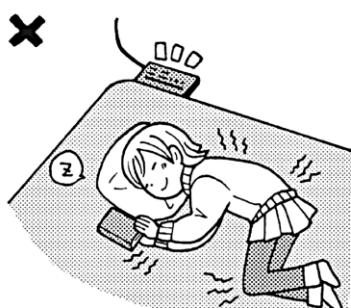
気づきにくい“低温やけど”に注意しよう

熱くなくても少し高い温度のものに長時間触れていることによって、皮膚の深い部分にまでやけどが進行してしまう状態のことを、“低温やけど”といいます。触れているときは、「あたたかくて気持ちがよい」のですが、気がつかないうちにやけどが進行していることがあります。だんぼう器具は正しくあつかい、低温やけどにならないようにしましょう。

ストーブに
近づきすぎない

カイロは直接
肌につけない

電気カーペットや電気毛布
を長時間使い続けない



寒くなり、カイロを持ち歩く人が増えてきていますね。思わぬやけどになってしまことがあります。持ち歩くときは、おうちの人と使い方を確認するようにしてください！



ノロウイルスによる感染性胃腸炎に注意！

冬になると、体内に入ったノロウイルスなどによる感染性胃腸炎にかかる人が増えます。ふだんよりも手洗いをしっかり行い、ウイルスが体内に入るのを防ぎましょう。

症状



腹痛・下痢



嘔気・おうと(はく)



発熱や頭痛など

手洗いでしっかり予防！



こんなときは必ず手を洗いましょう



トイレに行った後



食事をする前

【おうちの方へ】

○1月13日(火)に
3学期の発育測定を行います。1月中に新たな記録を加えた『発育の様子』を配布しますので、お子さんの成長をご確認ください。

○冬休み中のケガや病気等で、学校生活上、気になることがございましたらいつでもご相談ください。