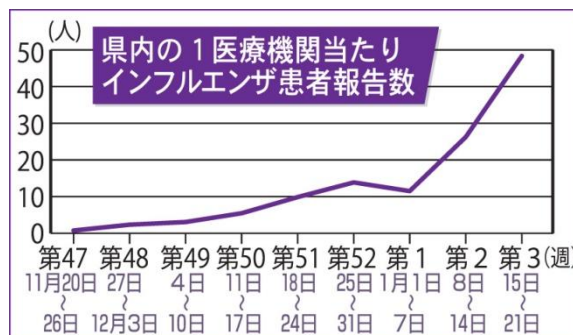




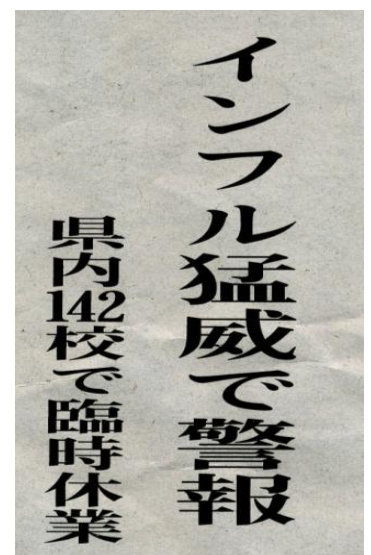
南牧小学校
保健室 No. 1 6
H30.2.2

がつ ほけんもくひょう せいかつ みなお 2月の保健目標：生活リズムを見直そう

あつという間に1月が過ぎて、2月になりました。寒さが厳しい時期ですが、夕ぐれどきが前より明るくなっていて、春は確実に近づいているのを感じます。子どもたちはなわとびなど外で元気に過ごしています。このまま春まで元気が続きますように！



県内での1医療機関あたりのインフルエンザ患者が基準の30人を超えたので、インフルエンザ警報が発令されました。県は手洗いの徹底とマスクの着用を呼びかけている…
第3週の患者数：多い順に①安中 ②富岡 ③渋川



1 / 2 4 上毛新聞

登校前の健康観察を！

朝、家を出る前にお子さんの体調チェックをお願いします。少しでも異変を感じた場合には、無理に登校させず、早めの受診をお願いします！

【観察ポイント】①顔色は良いか？ 表情はどうか？ ②食欲はあるか？（朝食を食べたか？）
③元気はあるか？ ④熱はないか？（平熱より1℃高い場合は休ませる）

日本全国で、また県内でも猛威をふるっているインフルエンザ。県内の「感染症情報システム」によると、今年に入って児童生徒のインフルエンザの発生がない市町村は**南牧村だけ**です！どこで感染してもおかしくない状況ですが、予防につとめてこのまま行きたいですっ！！

お子さんと一緒にお読み下さい♪

健康チャレンジシートの結果について

冬休み明けに、冬休みのモードから学校モードに切り替えてもらうため、健康チャレンジシートに一週間取り組んでもらいました。家での取り組みでしたので、たいへんお世話になりました。その結果について簡単にまとめたので、お知らせします。ぜひお子さんと確認していただき、これからの生活に生かしてもらいたいと思います。

健康チャレンジシートは、日頃の生活を見直し改善していくためのものです。日頃の生活が得点として目に見えることで、子供たちも課題を見つけやすく、意識が高まると思います。健康チャレンジシートも返却したので、親子でもう一度、生活を見直してみてください。

〈結果のまとめ〉

◇135～147点／147点満点中 「期間中よい習慣が身に付いていた児童」

1年	市川	まい	さん	143点
1年	小金澤	みなと	くん	144点
1年	竹田	だいご	くん	135点
5年	小金澤	ゆの	さん	145点

○120～134点 6人

○全校の平均 111.6点

(昨年は111.2点)

平均点の高い順では、①運動 ②排便習慣 ③歯はみがき ④就寝
⑤朝食 ⑥起床 ⑦体づくり運動 でした。

また、リセットしてよい生活習慣へとて行きましょう！

