

けんまかな



れいわ ねん ねん がつ にち
令和7年（2025年）12月23日

ながはまようごがっこう ほけんしつ
長浜養護学校 保健室 NO. 10

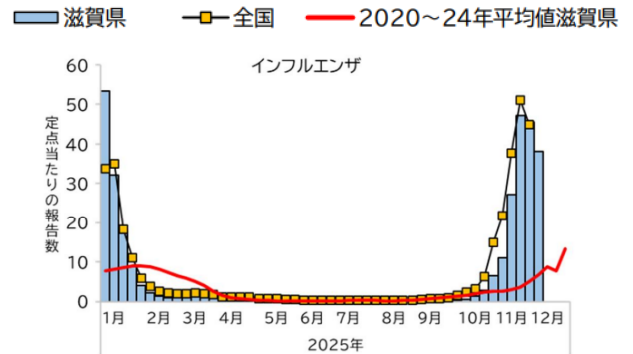
今年も残すところあと少しとなりました。今年はどうな1年になりましたか？

国スポ・障スポで活躍されている選手を応援したよ、という人もいないのでしょうか。頑張っている人の姿はとても素敵でしたね！

さて、明日から冬休みとなります。家族や親せきの人とゆっくり過ごしたり、美味しいものを食べたりして、元気を蓄えてくださいね！新年に、元気なみなさんと会えるのを楽しみにしています。



かんせんしょうじょうほう 感染症情報



滋賀県感染症情報センターHPより

インフルエンザは少し減少しましたが、警報は続いています。手洗い、換気、人込みでのマスクの着用にご気を付けましょう！



ほけん週間の掲示をしました！ ～みんなのうんちはどれかな？～

しゃばしゃばうんち

不調のサインです！

感染症や冷え、
ストレスなどが原因で
起こります。

みんなのうんちはどれかな



バナナうんち

健康なサインです！！

とても状態のいいうん
ちですね。

ひょうひょううんち

筋力不足のサインです！

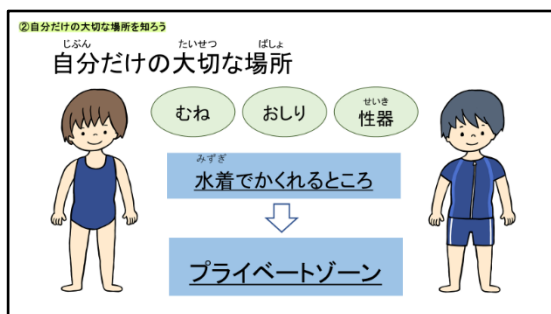
筋力や運動が少なく、腸が上手く
働いていないのかもしれない。

カチカチコロコロうんち

便秘のサインです！

水分を多めにとるように
しましょう。

生命（いのち）の健康教育について



小学部で生命（いのち）の健康教育を行いました。
男女の体の成長についてや、プライベートゾーンについての学習をしました。

プライベートゾーンは自分だけの大切なところで、人に見せたり触らせたりしない、人前で触らないことを学習しました。また、友だちや他の人のプライベートゾーンも大切に、見たり触ったりしないこと。もし体を触られそうになったら、どうするか話しました。まず大きな声で「やめて・いやだ」と言うこと。お家の人、先生など信頼できる大人に相談することを伝えました。

ふ ゆ や す み を
合言葉に、
元気に過ごそう！



ふ フルーツや野菜を食べて、カゼに負けない体を作ろう

ゆ ゆうわくに負けず、たばこやお酒は断ろう

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



保護者の方へお願い

* 1学期に各検診で受診案内をもらった人は、冬休みを
利用して受診してください。また、2学期の歯科検診
にて受診案内をもらった人も受診をお願いします。

歯を定期的に歯医者さんに診て
もらうことをお勧めします。



【参考・引用】

かぶしきがいしゃにほんがっこうほけんけんしゅうしゃ
株式会社日本学校保健研修社
月間『健』令和7年12月号より

