

令和4年11月1日
京丹後市立宇川小学校
保健室

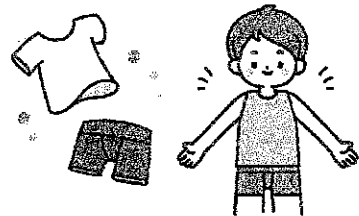
日中はあたたかい日もありますが朝夕は寒くなり、冬の近づきを感じるようになってきました。学習発表会練習も大詰めです。体調を崩さないように気を付け当日をむかえられるようにして下さい。

“調節上手さん”の 着こなしのポイントは何？

point 1

下着を着る

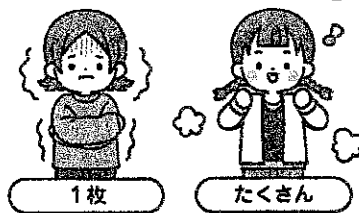
汗をすって
肌の清潔を
守ってくれる



point 2

うすいものを重ねる

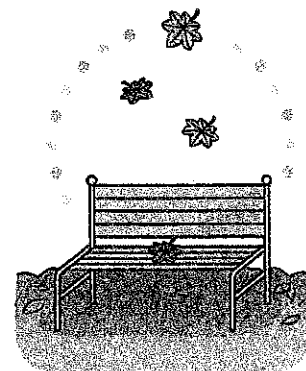
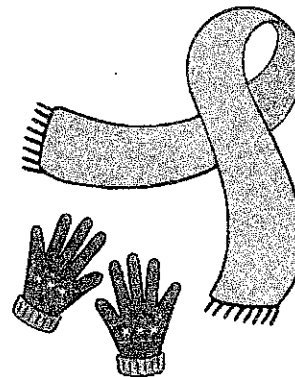
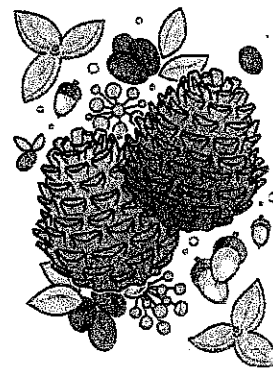
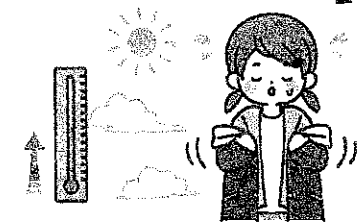
空気の層ができて
厚手のものを1枚
着るよりあたたかい



point 3

脱いだり着たりできるものを

朝と昼の
気温差にも
対応OK

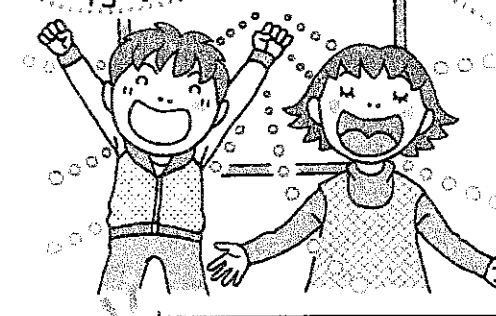


11月の保健行事

10日(木) 歯科検診 全学年
14日(月) 体重測定 1.2.3年生
15日(火) 体重測定 4.5.6年生

朝・昼・夜、しっかりと歯みがきをしましょう。定期的に歯ブラシは交換しよう

11月9日はいい空気の日

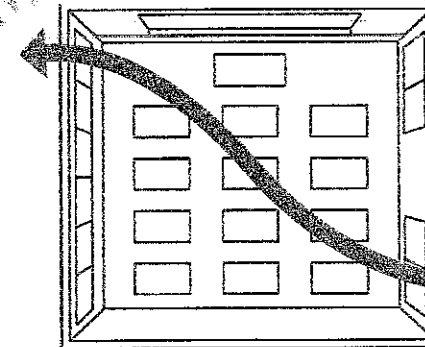


なぜ？

しめきった部屋には、
二酸化炭素やほこり、
ウイルスがたくさん！

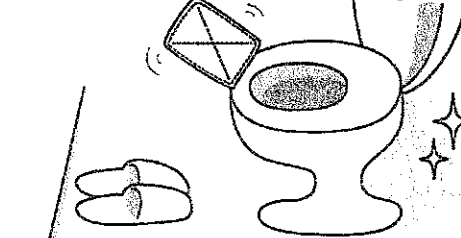
どうする？

対角線上にある窓を
2か所あける



汚したら
ふいておこう

流し忘れは
ないかな？



スリッパはそろえよう



みんなのトイレ、みんなで

きれいにしよう

