

保健だより

琴芝小学校 保健室

2月号



まだまだ寒い日が続いていますが、2月4日は立春です。

この日は春の始まりの1日と言われ、立春を過ぎて最初に吹く強い南風は

「春一番」と呼ばれています。春の訪れを感じさせるネーミングですね。

春一番の頃から、寒い日と暖かい日が交互にやって来るようになります。こ

のことを「三寒四温」と言います。三日寒い日が続いた後に、四日暖かい日が

続くという意味です。春はすぐそこです。

インフルエンザ

今年になってから、全国各地でインフルエンザが猛威をふるい始めました。

本校は、1月15日から増え始め、現在は落ち着きを見せています。

皆さんが、手洗いを頑張っているせいかもしれませんね。しかし、油断できま

せん。引き続き、「手洗い」「うがい」「マスクの着用」を頑張りましょう。

ご家庭でもご指導よろしくお願いします。



2 学期 NOメディアチャレンジカードより感想

2 学期に行った、NOメディアチャレンジの感想をたくさん、ありがとうございました。児童と保護者様の感想を載せております。

児童

- テレビを見るのをひかえめにできました。父と将棋をすることもできました。
- ゲームをしてしまったので、できなかった。気をつけたいと思う。
- いつも宿題が終わるとテレビを見たりしていたけれど、テレビを見ない日は、お母さんやお父さんとの会話が増えて楽しかった。
- できたけれど、今度はもっと頑張りたいです。習い事のない日に頑張ります。

保護者

- 忙しかったので、メディアを見る日がありませんでした。ゲーム以外に興味のあることができたので、このまま目を休める時間を増やして欲しいです。
- テレビをつけずに夕食をとったので、食事に集中できました。
- 自分で気を付けていたようですが、集中しすぎて時間を忘れていました。 NO メディアは、大人も難しいチャレンジです。
- 日頃から、子どもとの会話はけっこうありますが、テレビを見ない日を作ることで、今まで以上にいろいろな話を聞けたので、時々テレビやスマホに触れない日を作ることも大切だと思いました。



