

ほけんだより 2月

2025.2.4
 今朝市立日の出小学校 保健室

今年の節分は 2月2日!!

節分と聞くと2月3日を思い浮かべる人が多いと思います。でも、今年の節分は2月2日でした。地球が太陽の周りを1周するのに1年かかるとされていますが、実際には誤差があります。その誤差の調整のため立春がずれ、その前日の節分も2月2日でした。豆まきをしたり、恵方巻を食べたりしましたか?

花粉症の攻撃を防げ!!

3つのポイント

- ① 体や衣服につけない
- ② 家の中に持ち込まない
- ③ 体の中に入れない

病院で花粉症の診断を受けている人は、内服(薬を飲むこと)を始めても良い時期です。

受診しましょう!!

2月20日はアレルギーの日

「今まで平気だったものがアレルギーになってしまった!」という人はお知らせください。

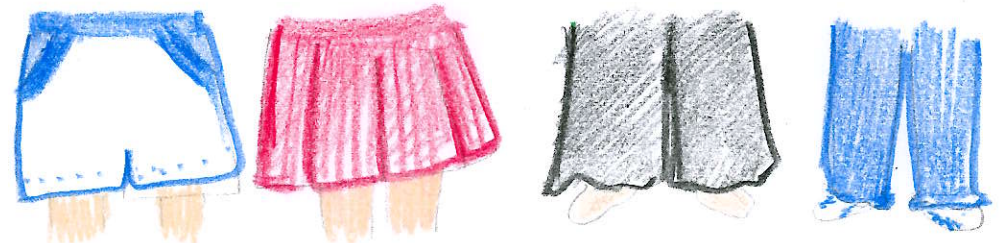
ほけんもくひょう

外で元気にあそぼう

あんぜんもくひょう

落ち着いた生活しましょう

服そうにも気をつけよう



足元の冷え

ズボンのすそ

体温が下がると免疫カモ下がりやすくなります。

おしゃれたけどすそをふんで転んでしまうこともあります。

気温に合った服装を選びましょう

大きめの体操服はすそ上げをしましょう。汚れてしまいます。

眼科

受診はお済みですか?

歯科

学校からのおたよりで受診をすすめられた視力B以下の人や

歯の受診をすすめられている人... ひどくありませんか?

受診が済んでいる人は担任の先生に教えてください。