

# ほけんだより

# 1月

令和8年1月8日

おおたしりつにらがわしょうがっこう ほけんしつ  
太田市立垂川小学校 保健室

いよいよ一年の中でもいちばん寒いころにさしかかります。かぜやインフルエンザなどの「感染症」の予防には、からだを冷やさず、しっかりあたためることも大切です。上手に重ね着をしたり、遊びや運動でからだを動かして、寒さに負けずにがんばりましょう。



## ふゆ せいかつ 冬の生活クイズ

<問題>次のア、イのうち正しいのはどちらでしょう。

① かぜウイルスはどこから入る？

- ア. 口や鼻
- イ. 耳



② かぜが流行している時、しない方がいいことは？

- ア. 人ごみに出かける
- イ. マスクをする



③ かぜウイルスが好きなのは？

- ア. 寒くて空気が乾燥しているところ
- イ. あたたかくて、しめったところ

④ かぜウイルスは、全部で何種類ある？

- ア. 10種類
- イ. 200種類以上

④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨

## 1月の行事予定

- ・ 1月8日（木）  
ほけんしらべ
- ・ 1月8日（木）  
身体測定  
(4・5・6年生、ひまわり)
- ・ 1月9日（金）  
身体測定  
(1・2・3年生、くすのき、なかよし)

## かぜ予防

てあら  
手洗い・うがいをしよう

