



## 寒い時期のけがや事故に気をつけましょう

12月は、体育の授業や休み時間に外に出た直後、運動を始める前に転んで膝をすりむいた子がいました。寒いと体がこわばって動きにくくなり、けがをしやすくなります。

また、登校の時間には、寒くて手をポケットに入れていたり、フードをかぶっていたりする子を見かけます。手をポケットに入れていると、つまずいたときに手をつくことができず、顔や頭、歯のけがにつながります。フードをかぶっていると、周りが見えにくく、車や自転車にぶつかり大けがになります。

以下の注意点を守って、安全に過ごしましょう。

### 運動前

急に走り出さず、準備運動をする。



ストレッチをして、体をあたためよう

### 登校中

- ① 走らず、歩いて登校する。
- ② 道で遊んだり、追いかけてっこをしたりしない。
- ③ 手はポケットに入れない。さむいときは手袋をする。
- ④ フードはかぶらない。帽子をかぶる。

地面がぬれているときは、すべらないように注意しよう



## 3学期身体測定をおこないます

右の表の日程で、身体測定をおこないます。

身体測定の当日は、

- ① 体育着を忘れずに持ってきてきましょう。
- ② 頭の上で髪を結ばないようにしましょう。

日にち	実施する学級
1/9(金)	1-1、1-2、1-3
1/13(火)	2-2
1/14(水)	2-1、2-3、3-1、3-2
1/15(木)	4-1、4-2、5-1
1/16(金)	5-2、6-1、さ4、さ5、さ6
1/19(月)	6-2、さ1、さ2、さ3

## 保護者の皆様へ

### 引き続き体調管理、登校前の健康観察をお願いいたします

昨年は、保健に関わる様々な場面でご協力いただきありがとうございました。本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

11月にインフルエンザが流行し、富士見丘小でも学級閉鎖がありました。気温が低い冬の時期は感染症が広がりやすく、今後も流行が心配されます。今年も、登校前に必ずお子様の健康観察をしていただき、風邪症状がある場合には、病院を受診していただきますよう、お願い申し上げます。