



ほけんだより

令和5年12月 奥小学校 保健室

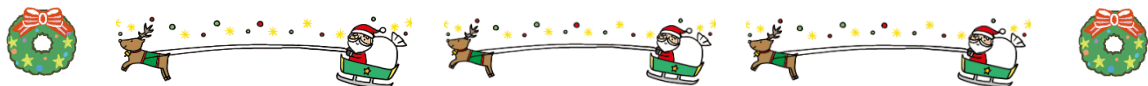


思いやりの心でエイズを学ぼう

早いもので、2023年もあとわずかとなりました。みなさんは今年1年、どんな1年でしたか？

日頃の学習にくわえ、校外学習や、運動会、学習発表会、宿泊学習などのたくさんの行事もありましたね。この中で、奥小学校のみなさんは心も体も大きく成長したと思います。

12月に入り、冬らしい寒さがやってきましたが、これから温くなる日もあるそうです。年末年始は、家族でお出かけしたり、お客さんが来たりと行事が盛りたくさんですが、こまめな手あらい・うがい、咳エチケットを心がけ、健康な体で年末年始を過ごしましょう！



12月1日世界エイズデー

WHO（世界保健機関）は、1988年に世界的レベルでのエイズのまんえん防止と患者・かんせんしゃに対する差別・偏見の解消を図ることを目的として、12月1日を“World AIDS Day”（世界エイズデー）と定め、エイズに関する啓発活動などの実施を提唱しました。



レッドリボンってなあに??

あなたが、『エイズに関して偏見をもっていない』、『エイズとともに生きる人々を差別しない』という意味が込められています。

奥小学校では、このレッドリボンで

- 思いやる心
- 助け合う心
- 差別しない心
- 学ぶ心



この4つ心をこめて、リボンをつけました。

これは、エイズについてだけではなく、どんなことでも学び続け、正しい知識をもつことが、相手を思いやり、助け合い、差別しない態度へつながると思います。

学び続ける、やさしい心をもった奥小の子ども達でありますようにとの願い込めて・・・☆



寒いときに温めると体全体がポカポカになる

冬休みも良いすいみん

明日から14日間の冬休みに入りますが、お休みが続くと、生活リズムが乱れやすくなります。年末年始の楽しい行事のなかでも、大人と同じ生活リズムで過ごすのではなく、『早ね、早おき、朝ごはん』と『良いすいみん』を心がけましょう！夜はできるだけ決まった時間にお布団に入ることから始めると、生活リズムが乱れにくくなりますよ！

2024年1月9日

奥小学校のみなさんと元気な笑顔で会えるのを楽しみにしています。

どうぞ、良いお年をお迎えください。

