



# ひだまり



日光市立大室小学校

保健だより 2月号

健康な心と体を  
作ろう！

毎日寒い日が続いていますが、日が少しずつ延びたり、福寿草のきれいな花が咲いたりするのを見ると、寒さの中にも少しずつ春が近づいていることを実感します。

今年は全国的にインフルエンザの流行が遅く、年が明けてから

の流行になりました。本校も先週は1年生が学級閉鎖になるほど急増しました。他の学年でもインフルエンザの罹患者が出ており、まだまだ、流行が落ち着く様子はありません。うがいや手洗い等裏面を参考に、油断せず十分な注意をお願いいたします。



## 2月のつぶやき

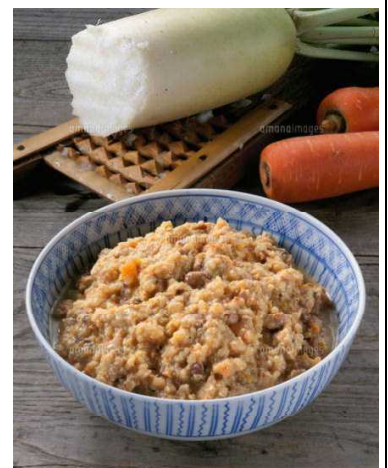


「私は、食べられます！」  
「俺はちょっと、無理・・・。」  
「冷えたのが好きだなあ」  
「温かいのも美味しいですよ」

2月6日は初午でした。その日にちなんだ学校では給食に「しもつかれ」が出されました。しもつかれは初午の日に稲荷神社にお供えする行事食です。しもつかれの名前の由来は「下野（しもつけ）だけ

で作るから」をはじめいろいろな説があるようです。それぞれの家に昔から受け継がれてきた作り方があり、同じしもつかれでも家庭によって随分味にちがいがあります。そのためか「七軒の家のしもつかれを食べると病気にならない」とも言われ、昔は近所の家と分け合って食べたそうです。

給食に出されるしもつかれは 鮭の頭ではなく切り身を使用し、子どもたちにも食べやすいように工夫されているので、家ではあまり食べない子も給食のしもつかれは食べられるようです。タンパク質、野菜がたっぷりのしもつかれを食べて、風邪に負けずに元気に過ごしたいものですね。



## インフルエンザに注意しましょう！



先週から本校でも本格的にインフルエンザの流行が始まりました。冒頭にもありましたように、先週は1年生で学級閉鎖となってしまいましたが、他の学年でも罹患者が増えつつあります。

今年はインフルエンザの流行が全国的に遅かったために、普段ですと流行の時期が異なる**インフルエンザA型とB型が同時に**

**に流行しています。**学校でもうがい・手洗い・健康観察など、予防に関する指導を徹底していきたいと思いますが、ご家庭でもいつも以上にお子様の体調管理に、ご協力をよろしくお願いいたします。予防のために、

☆うがい、手洗いの実施。

☆早寝、早起きをする。睡眠を十分にとる。

☆咳が出る、のどが痛むなど、調子が悪い時は出かけずに、家で様子をみる。

☆**早めに医療機関を受診する。**

☆不必要な外出は避ける。人混みを避ける。等、よろしくお願いいたします。

インフルエンザに罹患した場合は「出席停止」になります。登校には医師の証明が必要になりますので、ご注意ください。

## 勉強しました！



2年生のクラスで「ぼく、わたしのたんじょう」について、勉強しました。

この授業は毎年2年生で行うのですが、

- ・赤ちゃんの始まりはとても小さいこと
- ・お母さんのお腹の中で大切に守られてきたこと
- ・たくさんの愛情に囲まれて大きくなったこと



等を学びます。

授業では、実際に生まれたばかりの赤ちゃんと同じ大きさの赤ちゃん人形を抱いたり、お家の方からのお手紙を読んだりしました。お家の方からの手紙を、涙を流しながら読んでいた子もいました。

この授業を通して、いのちの大切さや自分の生の喜びを感じてくれればと思います。そして、友だちのいのちもまた「大切ないのち」ということに気づき、思いやりの気持ちにつながることを願います。

