

# ほけんだより 12月 小学部

れいわ ねん がつ にち  
令和7年12月12日

ぐんま けんりつ あかぎ とくべつしえん がっこう ほけん しつ  
群馬県立赤城特別支援学校 保健室

ふ ゆ かん せん しょう ち ゆ う い

## 冬の感染症にご注意！

ことし お ちか さむ きび  
今年も終わりに近づき、寒さが厳しくなってきました。

にほん ぜんこく  
日本全国でインフルエンザが流行しています。

ふゆ じ き たいちよう ばんぜん ふゆやす  
冬はインフルエンザを含む感染症が流行しやすい時期です。体調を万全にして冬休みを元気に過ごしましょう。



### 【冬休みのお約束】

- ぐっすりねむる。  
まいあさ おな じかん お
- 毎朝同じ時間に起きる。
- 三食しっかり食べる。  
さんしょく た
- 食事のあとには歯みがきをしよう。  
しょくじ は
- スマホ・タブレット・ゲーム等の使用時間を決めておく。使うときは姿勢に気をつけよう！  
とう しょう じかん
- ゲームやパソコン等を寝る前に使わない。  
とうとう ね まえまへ つか



ちゅうおうびよういんないきょうしつ せいと

### 中央病院内教室の生徒さんと

さくせい  
レッドリボンツリーを作成しました

せかい  
12月1日は世界エイズデーでした。レッドリボン<sup>へんけん</sup>は、あなたがエイズにかんして偏見をもっていない、エイズとともに生きる人びとを差別<sup>さべつ</sup>しないというメッセージです。



小5男子作製

