

# ほけんだより 2月

No. 28  
H31.2.5.  
青郷小学校

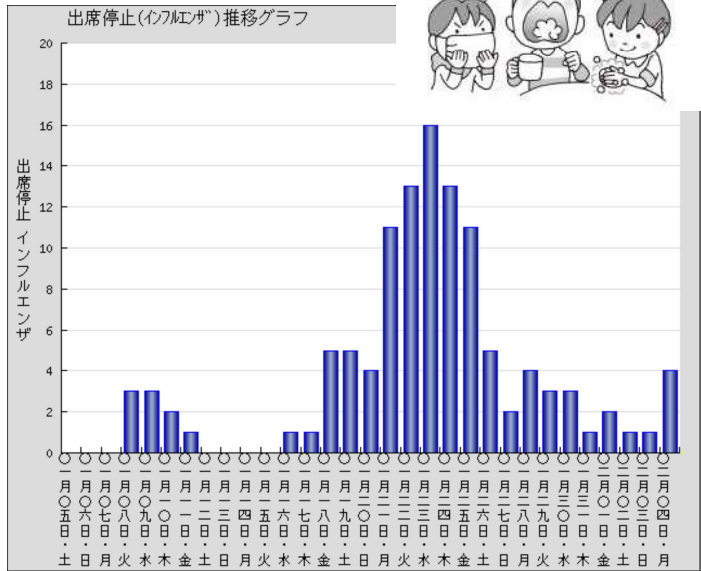
## インフルエンザ、ぶり返し？



この冬のインフルエンザは今のところA型です。そして、全国的には過去最大の流行になっているようです。

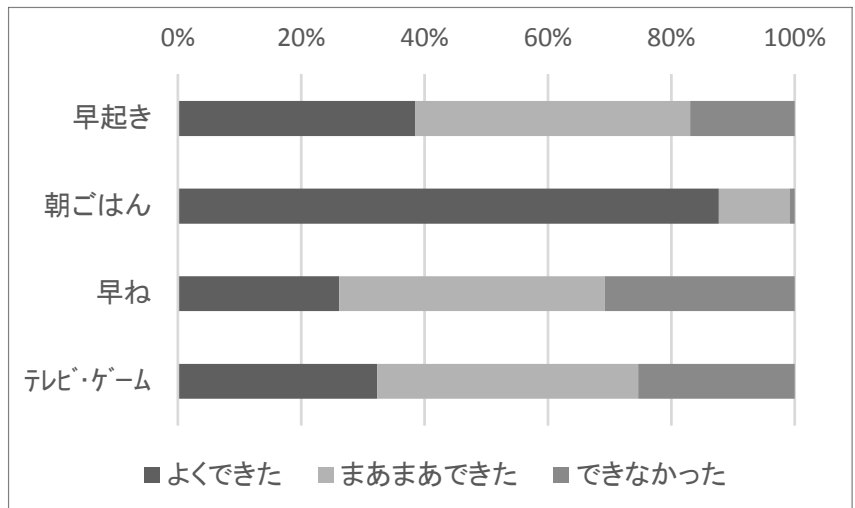
青郷小学校では、右のグラフのとおり、1月16日からインフルエンザがゼロになった日は1日もなく、1年生では学年閉鎖もありました。先週で終わるかなど期待していましたが、また2年生でふえてきています。

まだまだゆだんはできません。しっかり予防に努めましょう。

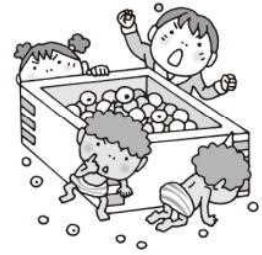
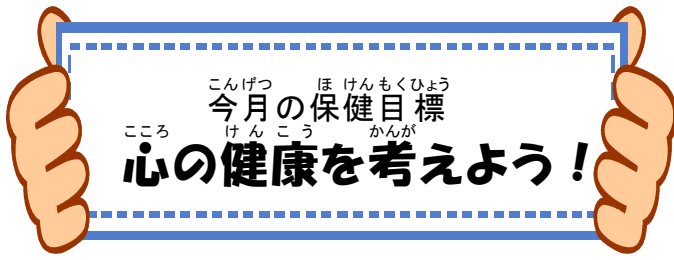


## 1月「生活リズムのチェック週間」より

冬休み明けの生活リズムを整えるために行ったチェック週間の結果はこのグラフのとおりでした。



- 全体的には、2学期はじめや去年の3学期ととてもよく似た結果でした。
- できなかった人が一番多いのは、今回も「早ね」でした。ただ、2学期と比べると12時を過ぎるような「おそすぎる」人は減ったようです。
- 寒い時期だからか、「早起き」ができなかった人がやや多めでした。
- 「テレビ・ゲームの時間」では、できなかった人の中に、休みの日に6時間、7時間、なんと10時間以上という人もいました。こんな人はユーチューブを見続けていることが多いようです。ぜひ、そんな生活は改めてほしいです。



## 見方を変えてみよう、短所が長所に見えてくる!

上にあるのは「短所」だけど、見方を変えると右のような「長所」に見えてくるよ。どれとどれが結びつくか考えてみよう。

がんこ

大ざっぱ

あきっぽい

自信がない

プライドが高い

せっかち

くよくよする

神経質

気が小さい



ひかえめ  
繊細



自信をもてるくらい  
努力をしている



行動が早い  
頭の回転が早い



自分の考えを  
しっかりもっている  
意志が強い



大らか  
心が広い



好奇心が旺盛  
新しいことに敏感



自分を反省することが  
できる



向上心がある  
謙虚



よく気がつく  
几帳面

## 2月の体重測定

6日(水) ひまわり 6の1 5年 6の2

7日(木) 3年 2年

8日(金) 4年 1年

## 2、3月のスクールカウンセラー来校日

都合により、1月が少なくなりましたが、2月は4回あります。佐藤先生とお話をしたい人はたんにんの先生か田淵先生に知らせてください。

2月 7日(木)、13日(水)、18日(月)、27日(水)

3月 4日(月)、13日(水)

