

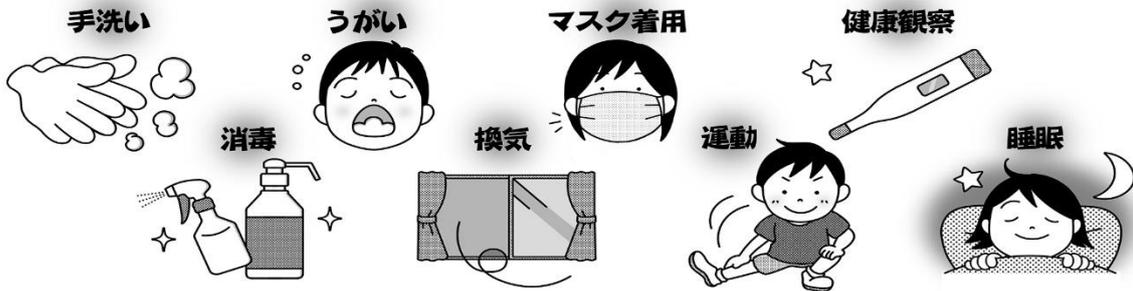


# ほけんだより 2月

令和7年2月  
越前市北日野小学校

2月は1年のうちでもっとも寒い月です。寒さが厳しくなると体調を崩しやすくなるだけでなく、色々な感染症が感染拡大しやすくなります。市内でもインフルエンザや新型コロナウイルス感染症、マイコプラズマ感染症などの流行は続いています。ふだんから規則正しい生活習慣を心がけ、寒さや感染症から自分の体を守りましょう。

## コロナもインフルもカゼも…予防方法は同じです



## 「すこやかしらべ」が始まります。期間 2月12日(水)～18日(火)

メディアとのじょうずなつきあい方について考え、見直す7日間です。  
お家の方と、メディアの使い方や使用時間などについてのルールを確認しましょう。  
お家のルールがない人は、相談して一緒に決めましょう。

### 「すこやかしらべ」のメディアとは？

ここでのメディアは、携帯・ゲーム・テレビ・パソコン・スマホなどのことです。

ニュースや天気予報は見ても良いです。



かわりに、スポーツや読書、お手伝いなどをしましょう！



おうちの方へ

すこやかしらべのご協力大変ありがとうございます。今後ともよろしくお願いします。

ところで、今月中旬に体重計測のお願いを Home&school にてお知らせします。前回と同様、ご家庭にて計測していただき、成長の記録へご記入をお願いします。なお、裏面の「自分の生活をチェックしよう。」欄へのご記入も併せてお願いします。