ほけんだより12月

令和８年11月27日(金)
札幌市立屯田北小学校
保健室



いよいよ本格的な冬がやってきました。12月は2学期の学習や生活の締めくくりなどがあり、あっという間に日が過ぎていきます。 北海道の冬は、外の厳しい寒さと暖房の効いた室内との寒暖差が大きくなり、体調を崩しやすい時期です。感染症予防はもちろん、登下校時の安全や冬の事故に気をつけて、元気に冬を過ごしましょう。

路面の凍結

歩幅を小さくし、足の裏全体を地面につける「ペンギン歩き」でゆっくり慎重に歩きましょう。



ポケットに手を入れたまま歩いてつまずく

手袋を着用し、両手はポケットから出して歩きましょう。また、防寒と頭を守るため、帽子を被りしましょう。



手袋・帽子の着用を！



冬の事故に要注意

～冬を安全に過ごす５つのチェック～



冬の危険をしっかり知って防ぐことが、楽しい毎日への第一歩です。御家庭でも登下校や外出時の安全について、一緒に話し合ってみましょう。

カイロでやけど

肌に直接貼らない、寝る時には使用しないなど、正しい使い方を守りましょう。



屋根からの雪崩

つららや屋根に積もった雪が見える場所には近づかない・遊ばないを徹底しましょう。



夜道の事故

ランドセルや上着に反射材をつけ、明るい色の服を着て自分の存在をアピールしましょう。

医療券の発行について

就学援助を受けている方(要保護・準要保護の認定を受けている方)で、冬休み中に医療券を使用する予定がある場合は、12月21日(月)までに、担任または養護教諭へ申込書を提出いただくか、お電話で発行希望の旨をお伝えください。
※冬休み中は受付ができませんので、お早めにお申し込みください。

もちものリスト

- ハンカチ
- ティッシュ

準備はOk？
毎日、持ってこよう！

