



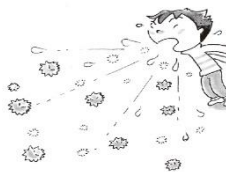
令和5年12月1日
豊川市立長沢小学校

2023年もあと1か月！どんな1年でしたか？

今年もあと1か月になってしまいました。全国的に、インフルエンザが流行していますが、長沢小では、みんなの毎日の手洗いや換気がきちんとできているおかげで、学級閉鎖をすることがありませんでした。とっても嬉しいことです！あと1か月も元気にすごしていきましょう！

インフルエンザってどうやってうつるの？

ひまつ
感染



くしゃみやせきと一緒にウイルスが出る。そのウイルスをすいこんで感染する。1回のくしゃみで1～2mもウイルスはとび！

予防

マスク・手洗いうがい



接触
感染



ウイルスのついた物を触った手から口や鼻に入り感染する。外やトイレに行ったあとは、手にウイルスがたくさんついているからわすれずに手を洗おう！

予防

手洗い



空気
感染



空気中にとんでいる飛沫をすいこんで感染する。ひまつ感染と少ししているね。人が多い場所には気をつけて行動しよう！

予防

人ごみをさける・かんき



風邪かな？

と思ったら...

睡眠をとる

ゆっくり休むのが一番。休むことで、体にある回復力や病原菌と戦う力を高めることができます。



水分補給

脱水状態にならないように、意識的に水分をとりましょう。冷たいものより室温くらいのがオススメ。



栄養補給

細菌やウイルスと戦うために、食事をしましょう。おかゆや柔らかく煮たうどんなどがオススメです。のどが痛いときはゼリーなど食べやすいものを取りましょう。



あか 赤ちゃんふれあい体験を実施しました

11月17日金曜日、保健センターの方と赤ちゃんふれあい体験を行いました。
11名のお母さん、12名の赤ちゃん、音羽地区の民生委員さん、主任児童委員さんにご協力いただきました。



赤ちゃんといれあって、思っていたよりぶにぶにしている、自分もあのくらいの小ささから、こんなに大きくなるんだなと思いました。(2年生)
赤ちゃんの足2個分で、ぼくと一緒だから、とても小さいなと思いました。(4年生)

私のお母さんがこんなにもたいへんな思いをして生んでくれたことを知り、お母さんにお礼を伝えたいです。(4年生)

赤ちゃんが泣いて、動きまわって、子育ての大変さを知りました。赤ちゃんが元気よく泣いていて、とてもかわいかったです。(5年生)

毎日大好きだよと伝えていて、私もママにお手紙を渡すときに大好きだよと伝えます。命の大切さを知ることができました。(5年生)



～来てくださったお母さんから～

- 赤ちゃんの行動1つ1つにびっくりしていて、子どもたちのよい経験になれてよかったです。
- 長沢小の子はあいさつ、お礼、質問がきちんとできていて、すばらしいと思いました。
- 小学2年生と話す機会はないため、自分の子の成長を想像でき、新鮮でした！

いのち たいせつ まな
命の大切さについて学ぶことができました。

きょうりやく みなさま
ご協力をいただいた皆様、ありがとうございました。