

まいにち げんきんメダル

宮崎小ほけんだより 平成31年1月9日 第11号



～あけましておめでとうございます～



今年^{ことし}は亥^{いのしし}年^{とし}。みんなにとってイノシシはきっと身近な動物^{みちか どうぶつ}ですね。亥年^{ことし}は「無^む病^{びょう}息^{そく}災^{さい}（病^{びょう}気^きせ^ず、健^{けん}康^{こう}であること。元^{げん}気^きなこと。）」の意^い味^みがある年^{とし}とされ^ているそう^{です}。この意^い味^みの通^{とお}りに、全^{ぜん}員^{いん}が健^{けん}康^{こう}で、体^{からだ}も心^{こころ}も元^{げん}気^きいっばいの一年^{いちねん}となり^{ます}よう^に。3学^{がく}期^きもみんなの笑^{えが}顔^おがたく^{さん}見^みられ^ること^をたの^しみ^にして^いま^す。今^{ことし}年もよ^ろしくお願^{ねが}い^しま^す。



けんこうしゅうかん 健康習慣で、よい一年にしよう

8日^{しんたいそくてい}の身^{じかん}体^{たい}測^{そく}定^{てい}の時^{とき}間^{かん}に、「あけましておめでとう」に^かけ^て、よ^い一^{いち}年^{ねん}を過^すご^すた^めの健^{けん}康^{こう}習^{しゅう}慣^{かん}につ^いてお^はな^しを^しま^した。み^んな^が今^{ことし}年^{ねん}と^くに大^{たい}切^{せつ}に^した^いこ^とは^みつ^かつ^たか^な？

<p>あさごはんで 元^{もと}気^きな 1日^{いち}の^{スタート}！</p>	<p>けがよぼう 準^{じゅん}備^び運^{うん}動^{どう}を ねん^いり^に</p>	<p>まるま^{った} 北^{きた}中^{ちゆう}を ピン^{ピン}と^ます^ぐに</p>	<p>しょく^じは い^いつ^{でも} す^すま^らい^せず 食^たべ^{よう}</p>	<p>てあ^らう^がい^ぞ か^ぜも イン^{イン}フ^フレ^レン^ング^グモ 0^{ゼロ}に!</p>
<p>おお^おき^きな^にん^で わ^らっ^て い^いし^き し^じを^{げん}き^に</p>	<p>めぎ^めを よ^よく^する ほ^ほや^ね ほ^ほや^おき</p>	<p>でき^るか^な？ テ^レビ^バゲ^ムは じ^じかん^を決^きめ^て</p>	<p>とう^う校^{がう}前^の ト^イレ^タイ^ムで す^すき^り</p>	<p>うん^どう^で か^らど^も い^いし^き 強^{つよ}く^なら^う！</p>

また、お^はな^しの^あと^には2019年^{けんこうもくひょう}の健^{けん}康^{こう}目^め標^{ひょう}を^かき^まし^たね。保^ほ健^{けん}室^{しつ}前^{まへ}には、思^{おも}い^{おも}い^の目^め標^{ひょう}が^かけ^られ^てと^とも^もに^ぎや^かで^す。目^め標^{ひょう}を^たて^て、よ^い生^{せい}活^{かつ}習^{しゅう}慣^{かん}を^いし^きし^よう^と思^{おも}っ^ても、な^なか^なか^つ続^{つづ}か^ない^人も^いる^と思^{おも}い^ます。そ^んな^とき^には、家^か族^{ぞく}や^とも^だち^{いっ}し^よと^く一^{いっ}緒^{しょ}に^とり^あひ^まり^ある^のも^おす^めで^す。同^{おな}じ^よう^な健^{けん}康^{こう}目^め標^{ひょう}の^なか^まみ^みを^みつ^つけ^て、声^{こゑ}を^かけ^あへ^ると^よい^です^ね。



すすめ!

元気っ子のみち

ルール

- 元気のための習慣を全部たどってゴールしてね
- 1回通った場所は2回通れないよ

スタート

A

シャキーン!
はやねはやおき



D

残さず食べるよ!
もぐもぐごはん



F

あっはっは!
笑ってストレスげきたい



C

毎朝もりもり!
バナナうんち



G

ふう〜っ!
ゆったりおふろいい気持ち



B

体ほかほか! 外あそび



E

あわあわゴシゴシ
ていねい手洗い



ゴール



スタート→A→C→B→E→D→F→ゴール

【インフルエンザ流行状況】

12月27日(木)、愛知県全域にインフルエンザ警報が発令されました。今年度はA型が流行しており、ここ数年で最も多い報告数となっているようです。

3学期も引き続き、感染予防や拡大防止に努めていきます。ご家庭でも体調管理を心掛けていただきますようお願い致します。

なお、県内におけるインフルエンザの詳しい状況については、健康対策課のインフルエンザ情報ポータルサイト (<http://www.pref.aichi.jp/kenkotaisaku/influ/index.html>) でご覧になれます。ぜひご活用ください。

定点医療機関当たりの報告数

