

# 保健だより



田彦中学校 保健室

1月

令和8年1月9日

新しい年が始まりました。今年もよろしくお願いします。2026年がみなさんにとって良い年になるよう願っています。

朝が冷え込んでいて起きるのがつらい季節ですね。朝食を食べると体が中から温まります。防寒対策では首や手首、足首を温める服装がおすすめです。寒さに負けず健康に過ごしていきましょう。



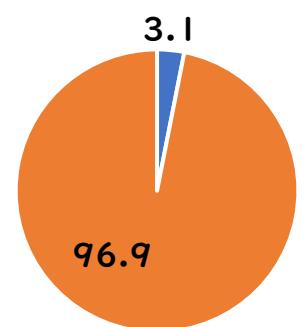
## 1月の保健安全目標

- ・感染症を予防しよう
- ・冬の交通安全に気を付けよう



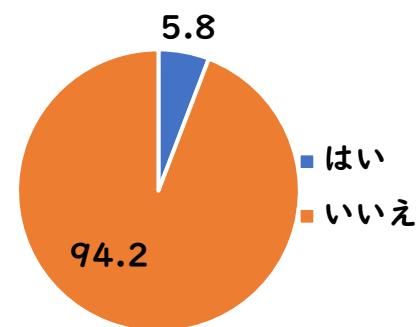
## 冬休みの様子はこれら

①感染症にかかりましたか？



■ はい  
■ いいえ

②けがをしましたか？



■ はい  
■ いいえ

③冬休みに印象に残ったこと

- ・おみくじで大吉が出た
- ・親戚の家に行った
- ・餅つきをした
- ・初日の出を見に行った
- ・スキーをした
- ・塾が多かった
- ・ワークを諦めずに頑張った
- ・美味しいものを食べた
- ・欲しかったものをゲットした
- ・勉強

などなど…

## 感染症予防に役立つこと



## アンケート回答のお願い（1、2年生）

◎ 回答期限は1月16日（金）です。

1、2年生を対象に「食物アレルギー調査アンケート」を実施します。（9日メール配信）。次年度の給食対応にかかる重要なアンケートですので、忘れずに回答していただけますようお願いいたします。



◎ 宿泊学習前のアンケートもあります。

1年生は、スキー宿泊学習前の健康調査も実施します。こちらは、1月6日にメールで配信いたしました。安全に宿泊学習を行うために、ご協力をお願いいたします。

