ほけんだより

１０月　ほけん目標

目を大切にしよう

2026.10　あま市立美和東小学校

日中は汗ばむ日もありますが、朝晩は気温が下がり寒暖差が大きい時期なので、体が疲れやすくなっています。また、空気が乾燥して、かぜもひきやすくなってきます。

今年はインフルエンザの流行が早く、すでに愛知県に**「インフルエンザ注意報」**がでています。

まずは予防から！手あらいをこまめにして、休養をしっかりとって体調管理に気をつけましょう。

目を大切にするために・・・









手あらいポイント！



今年はすでにインフルエンザ注意報が出ています。

手あらいをしっかりして、ひとりひとりが感染予防に努めましょう。

イラストは生成 AI を使用して作成しました