

令和5年 11月  
渋川特別支援学校

あき ふか 秋も深まり、あさばん とく ひ こ 朝晩が特に冷え込むようになりました。

さい ぶじ だいせいこう しゅうりょう おお はるな祭も無事、大成功で終了しましたね。大きなイベントの後です。カラダは疲れては  
たいちよう くず いませんか。体調を崩さないように気をつけましょう。

11月のほけん目標  
てあら 手洗い、うがいを しっかりしよう  
よくかんで食べよう



### 「唾液」は歯のガードマン!

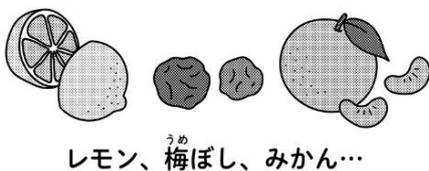
「唾液」は1日に1~1.5リットルも出ているよ!



### よくかんで食べる



### すっぱい食べ物を思い出す



唾液をたくさん出すには?

### こまめな水分補給



### 唾液腺のマッサージ



# インフルエンザ流行中!!

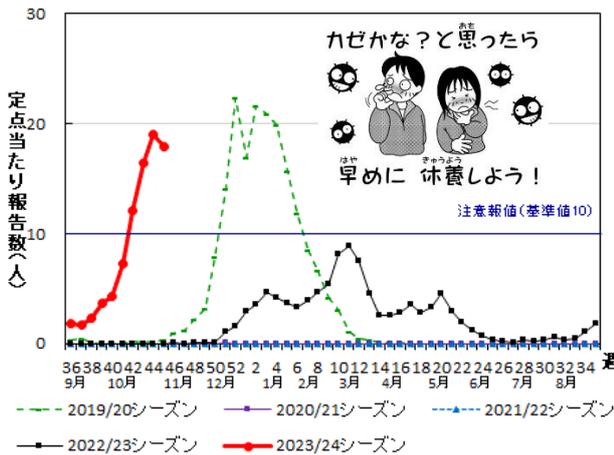
## 保護者の方へ

今シーズンのインフルエンザ流行は、例年よりも早まっています。すでに県内、市内でも学級閉鎖が始まっています。

本校では、大きな流行はありませんが、感染者がでています。

体調に気をつけ、毎朝の健康観察をお願いいたします。

インフルエンザ患者報告数推移



見えなけれど、いまず。。

かぜウイルスやコロナウイルスは、数十～数百 nm (nm は 10 億分の 1m) と言われています。とても小さいので、特別な機械を使わないと見ることはできません。しかし私たちのまわりには、感染することがあるのです。だからこそ、手洗いや空気の入替えなどでウイルスをからだの中に入れないことが大切です。冷たい水はいやだな、寒いな…と思ってしまう季節になりましたが、ウイルスに負けないために今年の冬もしっかりと!

## 勤労感謝の日

11月23日は、勤労感謝の日です。「働く」とは、八た(周り)をラク(楽)にすることを意味していました。あなたも、自分が周りの人々に支えられ、自分が「ラク」になっていることを意識していますか? 逆に、「八た」の人のために、何か役立つ行動をしていますか?

昔からの記念日は、それ相應の歴史があります。そうした記念日をきっかけに、家族や周りの人に感謝のメッセージを送れば、きっと笑顔で喜んでくれるはず。コミュニケーションの一つとして、感謝の言葉を贈ってみませんか?