

# すくすく



奈良県立明日香養護学校  
令和6年11月号

朝晩はすっかり寒くなりました。空気が乾燥して、気温が下がるこれからの季節は、感染症等が流行しやすい季節にもなります。2学期も折り返しに入りますが、少し体調が悪いと感じたときは、早めの休養で体調を崩さないよう気をつけましょう。

月	火	水	木	金
4 文化の日 (振替休日)	5 体重測定 (高等部)	6 体重測定 (中学部)	7 体重測定 (小女)	8 体重測定 (小男)

☆寒い季節になりましたので、衣服の重さを計って来ていただけると助かります。

きょうは何の日？

記念日で見ると

11月

1日 点字の日

日本語の点字が誕生したのは、1890年。

1日 いい姿勢の日

正しい姿勢で勉強すると集中力アップ！

8日 いい歯の日

「受診のおしらせ」をもらった人は、早めに歯医者さんへ。



9日 換気の日

2カ所を開けて、空気の通り道を作りましょう。



19日 世界トイレの日

みんなが気持ちよく使うために、できることは？

26日 いい風呂の日

ぬるめのお湯でリラックス。

カビやダニが発生しやすくなる



窓を閉めきっていると結露がしやすいです。結露ができると、カビやダニが発生しやすくなり、アレルギーなどの原因になります。

ウイルスや細菌がただよう



室内にウイルスや細菌がとどまって、風邪やインフルエンザにかかりやすくなります。