

がつ ほけん  
12月 保健だより

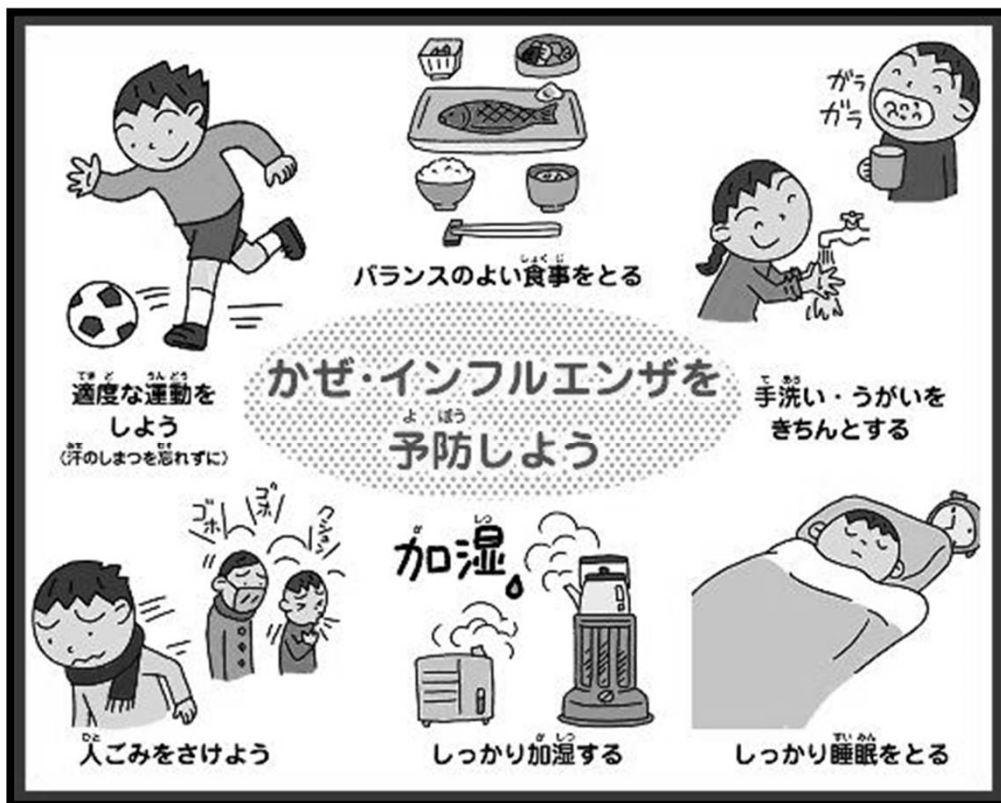
かんせんよぼう  
感染予防



たんとう かきばた  
担当 垣端

みな がつ さむ きび  
皆さん、12月になり寒さが厳しくなってきました。体 調も変化しやすい時期ですし、寒さで抵抗力  
よわ かんせん じき こんげつ み まも にちじょうせいかつ  
が弱まりウイルスに感染しやすい時期です。そこで今月はウイルスから身を守るために日常生活  
なか いしき しょうかい  
の中で意識しておきたいポイントを紹介します。

かんせんよぼう  
◆感染予防のポイント◆



めんえきりよく たか かんせんよぼう たいせつ めんえきりよく えき びょうき のが しく  
免疫力を高めることも感染予防には大切です。免疫力とは「疫」=病気から逃れる仕組みの  
こと きそくただ せいかつ ところ たの ふゆ す  
事です。規則正しい生活を心がけ、楽しい冬を過ごしましょう。

がつ よてい  
◆12月の予定◆

か もく たいじゅうそくてい きん みうらい し きん いそがいいしらいしよよてい  
4(火)から 6(木)体重測定・7(金)三浦医師・21(金)磯貝医師来所予定

さいご へいせい ねん のこ らいねん ねが  
最後に平成30年も残すところあとわずかとなりました。来年もどうぞよろしく願っています。  
しごとたの いっしょ がんば  
またお仕事楽しく一緒に頑張りましょう。