



やまなし



こどものけんいそうだんしつ

やま

スマ



テル

特集



こんかい ふゆやす とくしゅう
今回は、冬休み特集です。
さいご よ
最後まで読んでくださいね。

きかんし だいごう れいわ ねん がつはっこう
機関紙 第4号(令和6年12月発行)



冬休みの過ごし方～安全で有意義な冬休みにするために～

ふゆやす ねんまつねんし ぎょうじ おお たの やす がつき
冬休みは年末年始などの行事が多く、みなさんにとって楽しいことがたくさんある休みですね。でも、2学期の
ふりかえり をしたり、3学期に向けての準備を進めたりする休みでもあります。短い休みですが有意義に過ごしま
しょう。

ふゆやす じき さむ かんそう げんいん かぜ びょうき
ただし、冬休みの時期は、寒さや乾燥が原因で、風邪やインフルエンザなどの病気にかかりやすくなります。
びょうき ねんまつねんし ぎょうじ おお たの やす がつき
病気になって外に出ることも遊ぶこともできなくなると、せっかくの休みがつまらなくなってしまいますよね。そう
ならないように普段から健康には気をつけていきましょう。



ふゆやす ちゅう おお ぎょうじ しょうがつ
冬休み中の大きな行事といえば、「お正月」ですね。正月とは、
ぶんかてき きゆうねん ぶじ お しんねん いわ ぎょうじ
文化的には、旧年が無事に終わったことと、新年を祝う行事です
ね。しょうがつかざ しょうがつぎょうじ おこな
正月飾りをして、正月行事を行ったり、おせち料理を食べた
りして祝う行事ということです。



1年の計は元旦にあり



ものごと はじ さいしょ けいかく たいせつ
物事を始めるときには、最初の計画が大切ということわ
ざです。また、あたらしいとし けいかく としあ
また、新しい年の計画は、年明けにしっかり立
てるべきという意味もあります。

がつついたち あさ
1月1日の朝のこと



家族の一員としてお手伝い



無駄遣いせず、計画的に



病気に負けない身体を



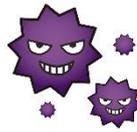
規則正しい生活リズムで



ねんまつねんし よふ くにち せいかつ
年末年始などは、ついつい夜更かしをしてしまい、1日の生活のリ
ズムが崩れることがあります。無理のない1日の計画を立てて、生活
リズムを崩さないようがんばりましょう。



さむ かんそう ちゅうい ひつよう びょうき
寒さや乾燥で注意が必要な病気



びょうき
どの病気も
よぼう かんじん
予防が肝心です。



かぜ インフルエンザ、**新型コロナウイルス**

ノロウイルスなど



さむ きせつ たいちよう くず
寒い季節は体調を崩しやすい
ので、しっかりと**予防**して元気に
過ごすようにしましょう。

うがい・手洗いを徹底し、マスクを着用する。必要がなければ、人混みには出かけないようにする。

うがい **予防法** マスク

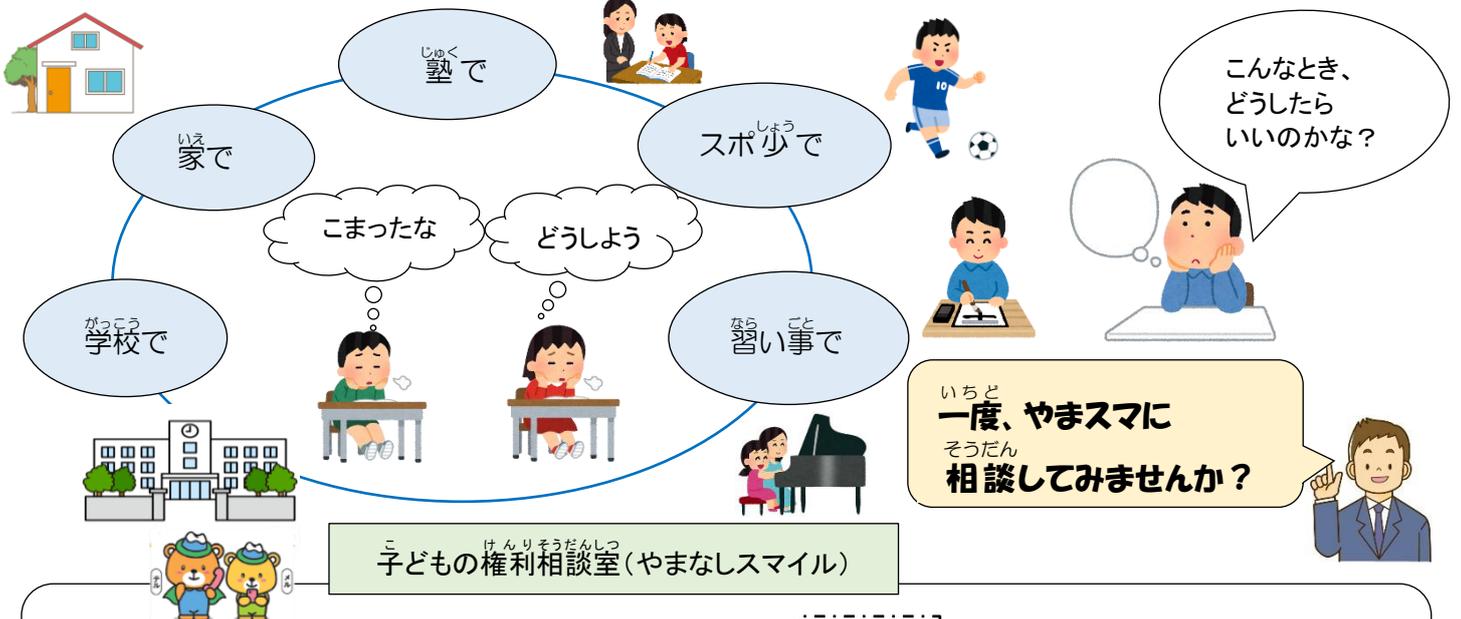


しょくじまえ やトイレの後に手をしっかり洗う。ハンカチやタオルの貸し借りはしない。

子どもの権利条約では

だい じょう けんこう いりよう けんり
第24条【健康・医療への権利】

子どもは、健康でいられ、必要な医療や保健サービスを受ける権利をもっています。



いちど **一度、やまスマに**
そうだん
相談してみませんか？



でんわ ※電話/FAX/メール/手紙/対面/ZOOM で相談できます。

そうだんじかん 相談時間 ※対面、ZOOMには予約が必要です。

でんわ 電話 **055-225-3958** FAX **055-223-1509**

げつようび 月曜日～木曜日 ; 午後 1 時～午後 6 時
きんようび 金曜日 ; 午後 1 時～午後 8 時

メール **kodomo-kenri@pref.yamanashi.lg.jp**

てがみ 手紙 〒400-8501 **山梨県甲府市丸の内1-6-1**
やまなしけんちょうほんかん かい こ ぶんしかない
山梨県庁本館5階 子ども福祉課内

れんらく 連絡してね！

そうだんよやく 相談予約フォーム

