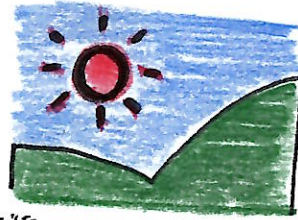


しんねん あ
新年、明けましておめでとうございます!



おたのしみに!

保健関係連絡袋が"おうちにある方"に
中にお手紙が"入っていない"ことを確認して
いただいてから返却をお願いします。



おやすみの生活から
学校のある生活にきりかえて
元気に登校しよう！
大きな声であいあすると
気持ちもシャキとするよ！

A hand-drawn thermometer with a rectangular body and a narrow tube at the bottom. The top of the tube is shaded dark grey. Inside the rectangular body is a smaller rectangle representing the display screen, which shows the number '38.0'. Above the top of the thermometer, there are three short, red, curved lines radiating outwards, indicating heat or a fever.

ウイルスが増えるのをおさえ、
ウイルスとたたかう力をあげ

ウイルスや異物を体の外へ
とばしたり、^{あら}洗い^{なが}流そうとする

こんな^{しょうじょう}症状^{しょうじょう}が^{から}あれば、^{からだ}体が^{かん}がんばって
くれているとき。むりせず ゆっくり^{やす}休めましょー!

- ^{しょうか}消化のよいものを^に食べる
- ゆっく^り休^{やす}む
- こまめ^{おまじん}に水分をとる

^{あせ}汗をかき^{はく}つらい冬^{ふゆ}でも
 しっかり水分^{おまじん}をとら^しょう!

