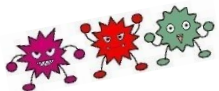




Faltam poucos dias para o encerramento do 2º período, que foi repleto de eventos como gincana esportiva e estudo fora da escola. Esta é a época em que as doenças infecciosas têm maior probabilidade de se espalhar. Continue cuidando da saúde do seu filho(a). 運動会や校外学習など行事が盛りだくさんだった2学期も残りわずかとなりました。感染症なども流行しやすい季節です。引き続き、お子さんの健康管理をお願いします。



## Campanha de Higienização das Mãos

手洗いキャンペーン

Para nos prepararmos para os períodos em que vírus e bactérias tendem a se espalhar, o Comitê de Saúde organizou uma Campanha de Higienização das Mãos. Verificamos o quão limpas as mãos ficam ao lavá-las do jeito que fazemos normalmente. Os alunos da 6ª série que fazem parte do Comitê de Saúde ensinaram com cuidado quais são as áreas onde a sujeira tende a permanecer e a forma correta de lavar as mãos. ウイルスや菌が流行しやすい時期に備えて、保健委員会で「手洗いキャンペーン」を行いました。普段の自分の手の洗い方で、どのくらい手がきれいになっているか確認しました。汚れが残しやすいところや正しい手の洗い方を、6年生の保健委員さんが丁寧に教えてくれました。



As partes que brilham em branco mostram os lugares onde a sujeira ainda está presente.  
白く光った部分が汚れが残っているところだよ



Uau! Ainda está sujo!  
わあ! まだ汚れがある!

Vou ensinar a maneira correta de lavar as mãos.  
正しい手の洗い方を教える



Muitas crianças ficaram surpresas ao ver sujeira ainda presente em suas mãos e perceberam os hábitos que tinham ao lavá-las. Mesmo achando que lavam bem as mãos, algumas partes permanecem sujas ou o sabão não é completamente enxaguado. Aproveite para revisar junto com seu filho(a) a forma correta de lavar as mãos. 汚れが残っている自分の手を見て、驚いていた児童が多く、自分の手の洗い方のくせに気付いたようでした。隅々まで手を洗っているつもりでも、汚れが残っていたり石けんが落としきれいでなかったりします。正しい手の洗い方をお子さんと一緒に確認してみてください。



### 【Ordem de Lavar as Mãos 手洗いの順番】

- ① Depois de molhar bem as mãos com água corrente, aplique sabão e esfregue bem as palmas. りゅうすい てぬあと せっ て 流水でよく手を濡らした後、石けんをつけ手のひらをよくこする。
- ② Esfregue as costas da mão em movimentos de alongamento. て こう 手の甲をのばすようにこする。
- ③ Esfregue cuidadosamente a área entre as pontas dos dedos e as unhas. ゆびさき つめ あいだ ねんい 指先・爪の間を念入りにこする。
- ④ Lave entre os dedos. ゆび あいだ あら 指の間を洗う。
- ⑤ Esfregue o polegar com movimentos de rotação na palma da mão. おやゆび て たら 親指と手のひらをねじり洗いする。
- ⑥ Não se esqueça de lavar os pulsos também. てくび わす たら 手首も忘れずに洗う。

参照：首相官邸HPより

## Sobre como passar as férias de inverno 冬休みの過ごし方について

(Por favor ler com a criança お子さんとお読みください)

Uma refeição bem equilibrada e exercício moderado é muito importante! よ しょくじ バランスの良い食事や てきど うんどう だいじ 適度な運動はとても大事!

Vamos dormir no mesmo horário dos dias letivos, adote uma rotina normal, organizada e com regras. がっこう ひ おな 学校のある日と同じ じこく ね きそくただ せいかつ こころ 時刻に寝よう規則正しい生活を心がけよう!



Não se esqueça da tarefa de casa e também do estudo por conta própria. しゅくだい じしゅ 宿題や自主 がくしゅう わす 学習も忘れずに!



## AVISOS お知らせ

- ① Distribuimos o formulário de 「Pesquisa de solicitação de Medidas à alergias na escola」 para o **próximo ano letivo (2025)**. Agradecemos por preenchê-lo e devolve-lo. Solicitamos a entrega do formulário, mesmo que seu filho(a) não necessite de atendimento relacionado a alergia.

Para as famílias que solicitaram atendimentos a alergia, entregamos o formulário chamado Formulário de controle e orientação na vida escolar (Gakkou Seikatsu Kanri Shido Hyo). Este documento precisa ser preenchido por um médico. Pedimos que leve o formulário a uma consulta médica para que seja devidamente preenchido. **来年度（令和7年度）**に向けて、「学校におけるアレルギー対応希望調査」用紙を配布しました。御記入・御提出ありがとうございました。アレルギー対応の有無にかかわらず、提出をお願いします。また、アレルギー対応を希望する御家庭には、「学校生活管理指導表」をお渡ししました。医師による記入が必要な書類となりますので、受診し、記入していただきますようお願いいたします。

- ② Para cada exame de saúde, distribuimos formulários de Kekka no Oshirase “Notificação do resultado do exame” para crianças que necessitam de tratamento ou acompanhamento. Caso tenha recebido este documento, por favor, realize a consulta médica necessária e entregue-o na escola. O formulário “Notificação do resultado do exame” poderá ser reemitido. Se necessário, entre em contato com o professor da sala de aula ou com a enfermaria. 各健康診断におきまして、治療や経過観察が必要なお子さんに「結果のお知らせ」の用紙を配布しております。用紙をお持ちでしたら、受診して提出をお願いします。「結果のお知らせ」の用紙は、再発行も可能です。必要な場合は、担任あるいは保健室まで御連絡ください。



Caso tenha alguma dúvida, entre em contato com o professor de sala de aula ou com a enfermaria. 各種、御不明点等ありましたら、保健室まで御連絡ください。よろしく申し上げます。