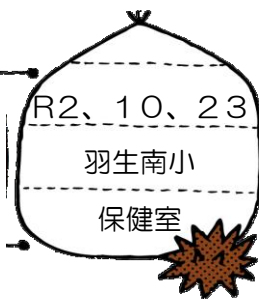




すくすく



朝夕はひときわ冷え込む季節となりました。本格的にかぜ・インフルエンザが流行する前に、今から予防を心がけ、手洗いうがいを習慣づけましょう。

また、今月末は運動会があります。今月も学校教育目標「地域とふれあい 人につくす」をめざして、健康な体・丈夫な体づくりをがんばりましょう。

11月の保健目標

かぜに負けない丈夫な体をつくろう
健康な体をつくる食事を考えよう



かぜ・インフルエンザの季節

インフルエンザやかぜに負けない体をつくる4か条

- ①免疫力を高める食事
- ②十分な睡眠（よく寝る）
- ③適度な運動（よく遊ぶ）
- ④ストレスを減らす（よく笑う）

こんな症状には
要注意!!

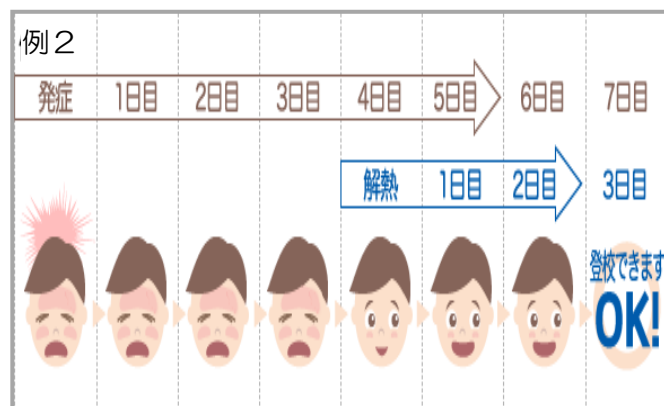


インフルエンザの登校基準

下記の2つの条件を両方満たさないとはいけません。

★解熱後2日が経過していること ★発症後5日が経過していること

※日数の数え方は発熱が始まった日を含まず、翌日からを発症第1日目と考えます。



いい歯の取組

11月は、11月8日の「いい歯の日」にちなみ、羽生南小学校でも次のような取組をします。ご家庭でも、お子さんの歯について見直す機会にいただければと思います。ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

1 歯っぴーファイル（プリント）記入

家庭で染め出しをして、赤くなったところをプリントに赤でぬります。また質問に答えたり、感想も記入します。ご家庭での取組になりますので、ご理解とご協力をお願いします。

取組期間（期間中1回） 10月30日（金）～11月12日（木）

2 みなみちゃんデンタル博士チャレンジ問題の実施

健康委員が考えた歯に関する問題を、朝の時間、全児童を対象に行います。歯みがきだけでなく、健康な歯であるための知識も身につけられるよう、歯っぴーファイル等で復習をしておきましょう。全問正解の児童は、「みなみちゃんデンタル博士」として認定します。

実施日 11月4日（水）朝の活動時間

3 全国小学生歯みがき大会参加

例年6月に実施していた、4年生が対象の全国小学生歯みがき大会に参加します。今年はクラスごとに行い、歯みがきやデンタルフロスの実践はなく視聴のみになります。歯ブラシやデンタルフロスは家庭に持ち帰りますので、家庭での活用をお願いします。

実施日 11月5日（木）2時間目1組・3時間目2組

4 歯科治療の勧め

2学期も中盤になり、むし歯等の疾病治療終了の報告が保健室に毎日届いています。しかし、まだ未治療の児童も見られます。むし歯の場合、放っておくと悪くなる一方です。早めに予約をとり、治療することをお勧めします。治療が済みましたら、「受診結果」を保健室または担任に提出してください。

健康な体は健康な歯から

