

ほけんだより 11月 3. 11. 1

岩瀬小
保健室

朝夕はひととき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、もうすぐ持久走大会があります。今月も健康な体、丈夫な体づくりをがんばりましょう。

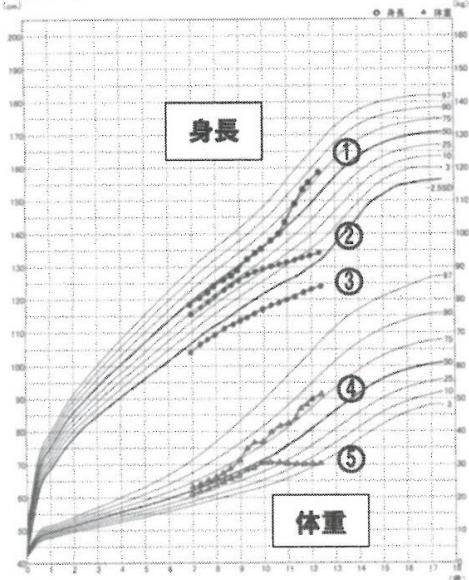
保健目標 **食生活を考えよう**
～好き嫌いせず、なんでも食べよう～

新型コロナウイルス ワクチン接種

羽生市では12歳以上からの新型コロナウイルスのワクチン接種が始まっていて、本校の6年生も打ち始めています。聞いてみると、副反応は大人と同じように、筋肉痛のような痛みや発熱、頭痛など個人差があるようです。ワクチンによる副反応は出席停止扱いとなりますので、ゆっくり体を休めてください。

成長曲線について

「学校保健安全法施行規則の一部を改正する省令」では、学校で行う健康診断について「成長曲線」を積極的に活用することが奨励されています。羽生市では令和元年度より該当児童に通知することとなりました。



<身長>

- ①身長伸びが異常に大きい場合
- ②身長伸びが極端に小さい場合
- ③極端な低身長(-2.5SD以下)

<体重>

- ④進行性の肥満
- ⑤進行性のやせ

成長曲線から離れた傾向が見られた児童には、保健だより配布日に、保護者にお知らせを配付します。(なお、以前お知らせした児童には配付しません。)

い(ち)い(ち) は(ち)

11月8日

いい歯の日

めざせ! むし歯治療率100%

いい歯の日 一本一本ていねいに歯みがき

80歳で20本以上の自分の歯を保つために、意識して続けよう歯の健康習慣!



よく噛んで食べる
唾液は歯のガードマン



寝ている間に増える歯垢
寝る前の歯みがきが大事



歯間ブラシやフロスも使って
歯と歯の間もきれいに



定期的に歯科医院で
歯の健康チェック!

歯科受診結果の提出がまだの人に、治療状況報告書を配布します。治療は済んでいますか? まだの人も、この機会に歯科医院に電話して必ず予約を取りましょう。

学校の歯みがきタイムは、口を結んで5分間みかいています。おうちでは鏡を見て、みがけているか確認しましょう。

臨時歯科健診の結果

むし歯なしクラス
5年2組・6年2組

むし歯治療100%達成クラス
1年1組・1年2組
5年1組・6年1組

知らぬ間に!?
長いマスク生活により
口呼吸が増えています!

口呼吸の弊害

むし歯
歯周病

歯並び

口臭

風邪を
ひきやすい

(いい) (くうき)
11月9日は「換気の日」



感染症予防に
換気はとても有効です!