

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。

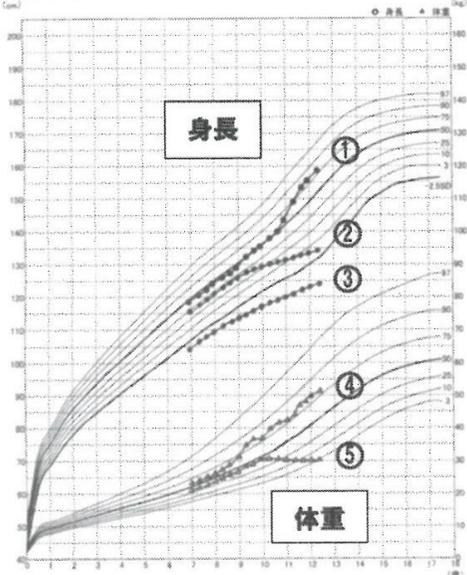
保健目標 **食生活を考えよう**
～好き嫌いせず、なんでも食べよう～

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ます。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!