

ほけんだより11月号

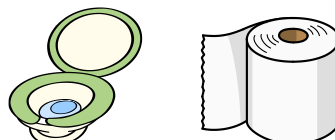


令和5年11月1日 鹿児島市立田上小学校

11月は実りの秋。穀物は収穫の時期を迎え、たくさんの果物がたわわに実る季節です。この時期は行事もたくさんあり、みなさんのこれまでの頑張りも“実る”秋ですね。急に冷えて寒い日もありますが、しっかりと体調を整えて、日頃の力を精一杯発揮してくださいね。

11月の保健目標

★トイレをきれいに使おう



11月10日は何の日？



こたえは、「いいトイレの日」です。みなさんは、トイレをきれいに使っていますか。

どちらのスリッパが気持ちいいかな？



健康委員会が
毎日チェックし
ています!!



★トイレの後は、次の3つをわすれずに・・・

①



トイレを出る前に
チェックして!

②



③

てあら ゆびきき
手洗いは指先まで
しっかりと



※ 次に使う人が気持ちよく使えるように、マナーを守りましょう。
スリッパを並べた後は、きれいに手を洗いましょう。



「いい歯ニッコリ田上週間」



11月8日の「いい歯の日」を含む1週間を「いい歯ニッコリ田上週間」と設定し、歯と口の健康づくりに向けた取組を実施します。歯と口の健康に関するポスターや標語を掲示したり、歯みがきチェックを行ったり、むし歯の治療が終わっていない人に「治療勧告書」を配布したりします。この機会に歯と口の健康について、みんなで考えてみましょう。

また、むし歯の治療が終わったら必ず「治療報告書」を提出してください。

<むし歯治療のようす>

(人)

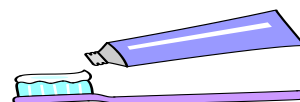
	むし歯のある人	治療が終わった人	治療がまだの人
1年生	12	7	5
2年生	13	9	4
3年生	11	3	8
4年生	11	2	9
5年生	9	1	8
6年生	5	2	3
合計	61	24	37

むし歯治療率
(10/27 現在)
39.3%



歯みがきが終わったら鏡の前でチェックしよう!!

- 食べ物のかすや汚れが残っていませんか。
- 歯と歯ぐきの上に白っぽいもの(歯垢)が残っていませんか。
- 歯と歯の間の歯ぐきが丸くなっていませんか。
- 歯ぐきに赤く腫れているところはありませんか。



<インフルエンザについて>

本校では、10月の中旬頃から徐々にインフルエンザが流行し始めています。インフルエンザの潜伏期間は、1～4日と短く、38℃以上の高熱や筋肉痛・関節痛を伴います。また、学校保健安全法施行規則第19条第2項により、「**発症した後(発熱の翌日を1日目として)5日を経過し、かつ解熱した後2日を経過するまで**」が出席停止となりますので、もし、インフルエンザに感染したら、学校へ連絡をお願いします。

<かぜ、インフルエンザ、その他の感染症を予防するために心掛けよう>

- ☆ 石けんで手を洗う。
- ☆ 不織布マスクを着用する。
- ☆ 室内ではこまめに換気をする。
- ☆ 人混みや外出を控える。
- ☆ 十分な休養とバランスのとれた栄養摂取を心掛ける。



※朝から調子が悪いときは無理をして登校せずに、自宅でゆっくりと過ごしましょう。