



のびのびすくすく 11月

H30.11.1 吉田小 ほけんしつ

11月に入り、朝晩が冷え込んできました。この時期は、朝・晩の気温差が激しいため、風邪を引いたり、体調を崩したりする児童も見られるようになりました。規則正しい生活をする事と、衣服を上手に調節すること、さらに手洗い・うがいをして健康に気をつけてください。



11月の保健行事



日	曜日	行事	対象学年
2	金	親子歯みがき教室 (第2回学校保健安全委員会)	1・2年生児童及び保護者
5	月	薬物乱用防止教室	5・6年生児童及び保護者
8	木	歯科健診	全学年
13~ 20	火~火	校内持久走大会健康観察・ 参加申込書	全学年
17~ 25	土~日	アウトメディアチャレンジ 10月26日提出	全学年

じきゅうそうたいかい

もうすぐ持久走大会です！



持久走大会にむけて練習がはじまっていますが、当日まで、次のことに気をつけがんばりましょう。

<おうちで>

- すいみんを十分にとる。
- 朝ごはんをしっかり食べる。
- 健康観察をして、カードに記入する。

<走る前>

- もう一度、体調が悪くないか健康観察をする。
- けがのないように、準備体操をしっかりする。

<走っているとき>

- 走っていて、ぐあいが悪くなったら、近くの友だちや先生にいう。

<走り終わったら>

- 急に止まらないで、しばらく歩く。
- うがい、手洗いをしっかりし、タオルで汗をしっかりふく。





11月8日は いい歯の日

保護者の方へ

11月8日は「いい歯の日」です。また、11月は、歯のえいせい月間です。

いつものみがき方はどうですか？お子さんの仕上げみがきはなさっていますか？

今月は特に、歯についてお子さんと一緒に考えてもらえるとありがたいです。

保護者の方へ

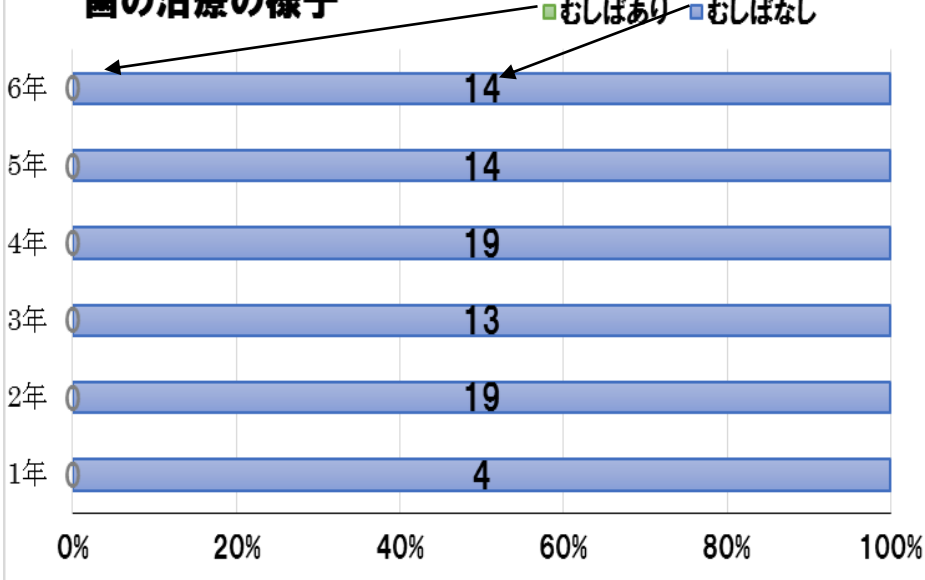
むし歯の治療率100%！

10月で、むし歯の治療率が100%になりました。

保護者のみなさま、ご協力ありがとうございました。

ただ、まだ、歯列の異常、CO(要相談歯)で受診していない児童が、数名います。早期の受診をおねがいします。

歯の治療の様子



むし歯ゼロ、健康な歯肉をめざそう！

きれいで健康ないい歯はこうやってつくる

食べたらずぐみがく



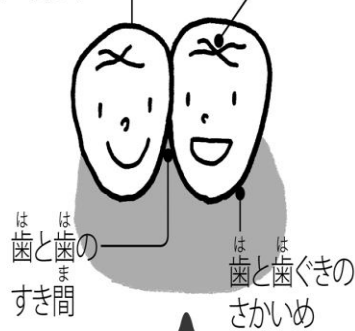
一本一本ていねい
みがく

毛先のそろった
歯ブラシを使う



裏から見て毛が
見えていたら交換

歯の裏がわ
おく歯のみぞ



歯垢のつきやすい
部分を重点的に
さかため