



げんき



ほけんだより NO. 120 H29. 11. 30 川本南小学校保健室

2学期もあと1か月です！ みんな元気に登校しましょう！

晴れの日の昼間は暖か過ぎやすいですが、季節は秋から冬へ移り変わっていきます。朝の気温がぐっと下がる日もありますので、天気予報をチェックして登校時の服装に気をつけていきましょう。

空気が乾いて、朝晩の気温が低くなると、せきやのどの痛みが出やすくなります。マスクをしたり、首元を冷やさないようにしたりして、のどを大切にしましょう。



自分のベストタイムをめざそう！



明日12/1(金)は校内持久走大会です！！ 予備日5日(火)

校内持久走大会がいよいよ明日となりました。1週間前から始まった家庭での健康観察は忘れずに実施できていますか？ 大会当日の朝は、特にしっかりとお家の人の様子を伝えて健康観察をしていただきましょう。



この季節はすぐそこまで！

感染性胃腸炎
インフルエンザ
せっけん手洗いで
しっかり予防！

朝から体調が悪く、感染症の疑いがある場合には、登校を見合わせてくださいますようお願いいたします。



インフルエンザの出席停止期間は

「発症後5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで」です。

発症した日を0日とし、翌日から1日目、2日目…5日目、そして、解熱した日を0日とし、翌日から1日目、2日目と数え、両方の条件の日を経過した日となります。お間違いのないよう確認をお願いいたします。

例：12月6日(水)発症、8日(金)解熱の場合、発症後5日目が11日(月)、解熱後2日目が10日(日)です。両方の条件の日を経過した日が登校可能日となりますので、12日(火)から登校できます。

* ご不明な点がございましたら、保健室 加藤までお問い合わせください。



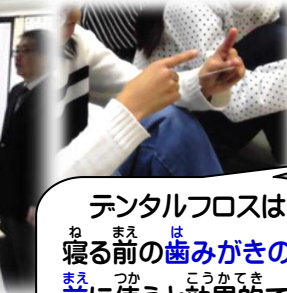


ねんせい **6年生**

し がく しゅう かい **歯科学習会**



11月28日(火) 第5校時に学校歯科医の藤野先生、
 藤野歯科医院勤務の3人の歯科衛生士の方々をお招きして
 6年生の歯科学習会を行いました。小学校最後の歯の
 学習ということで、藤野先生から生涯にわたる歯・口の
 健康づくりについての講話があり、歯科衛生士の方々から
 はデンタルフロスの使い方を学びました。



**デンタルフロスの使い方が
 わかりました。**
 歯はとても大切なものです。
 ずっと歯の健康を守っていき
 ます。

デンタルフロスは
 寝る前の歯みがきの
 前に使うと効果的で
 す。家の人たちにも
 すすめてください。

**ぴったり
 ちょこちょこ
 しゃかしゃか**

保健委員会

活躍中!

出張歯っぴー教室

8020をめざすために大切なことを給食の時間に教室へ行き、全校のみなさん
 にお知らせしました。



8020のおじいさんやおばあさんは、好き嫌いがないで何でも食べています。寝る前の歯みがきは特に念入りに5分くらいしています。

保護者の皆様へ

1回目の「**南小元気アップカード**」にご協力いただきましてありがとうございました。お子さんが夢や目標に向かって力を発揮できるよう、引き続き、ご家庭でのサポートをよろしくお願ひします。2回目の実施を12月12日(火)から予定しています。なお、次号で結果をまとめたものをお知らせします。

