

たいよう

「心も体も歯も元気」
常盤小学校ほけんだより
令和5年11月1日発行

11月号

今年は夏が過ぎても暑い日が多かったですが、ようやく秋らしくなってきました。昼間は暖かくても朝晩は冷え込むことがあります。汗が冷えて風邪を引かないよう、調整しやすい服装をしたり、汗を拭けるようハンカチ・タオルを持ってきたりできるとよいですね。

11月の保健目標

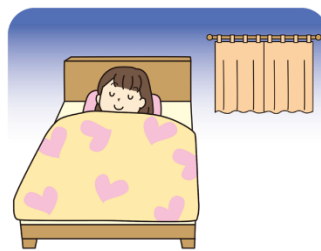
さむ ま せいかつ
寒さに負けない生活をしよう

常盤小では10月にインフルエンザが流行していました。これから寒くなって、空気がかんそうしてくると、さらにインフルエンザや風邪などの感染症が流行しやすくなります。手洗い・うがいがとても大切ですが、寒さに負けない体をつくることも大切です。

< 寒さに負けない体づくりのポイント >



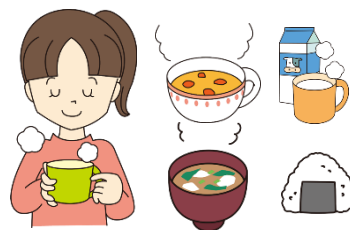
あつぎ
厚着をしすぎない



すいみん
しっかり睡眠をとる



そと げんき
外で元気に遊ぶ



あさ
朝ごはんをしっかり食べる

保護者の方へ

【11月の保健行事】

11月2日（木） ～11月5日（日）	親子歯みがき取組期間
11月6日（月）	親子歯みがき記録用紙提出
11月9日（木）	歯科健診（1・3・6年生、あおぞら）

【親子歯みがきのお願い】

11月2日（木）～5日（日）の期間中いずれかの夕食後に、親子で一緒に歯みがきをして、その後カラーテストを行ってください。歯みがきを通して、親子で一緒に歯の健康について考える機会にさせていただければと思います。記録用紙には親子で感想を記入していただき、11月6日（月）に担任へ提出してください。



【歯科健診の結果より】

10月12日に2・4・5年生の歯科健診を実施しました。健診の結果、歯科医院での治療または相談が必要な疾病が見つかったお子さんには、「歯・口腔の健康診断結果のお知らせ（ピンク色の用紙）」を配付しておりますので、歯科医院を受診していただきますようご理解・ご協力をお願いします。

1・3・6年生、あおぞらは11月9日に歯科健診を実施する予定です。当日の朝、しっかり歯みがきをしてから登校するようご協力よろしく願いいたします。



【感染症流行状況について】

10月はインフルエンザA型が流行し、学級閉鎖を実施するクラスが複数ありました。市内ではインフルエンザ以外にも、咽頭喉頭熱や感染性胃腸炎が流行しているようです。これから先も、気温の低下・空気の乾燥により、インフルエンザだけでなくさまざまな感染症が流行する可能性があります。手洗い・うがい、人ごみを避ける等基本的な感染症予防行動の他、ご家庭での朝の健康観察に引き続きご協力をお願いいたします。