



No. 12

令和5年12月1日
 珠洲市立直小学校
 保健室

気温がぐんと低くなり、寒い日が増えてきました。児童会が考えたスマイルすごろく（スマイルことばを伝えよう）では、少し緊張しながらも「今日も笑顔でいいですね。」などお互いに素敵な言葉をかけているので、聞いているこちらも温かい気持ちになります。

感染症対策のために校内は、換気をしています。体を冷やさないように、制服の下に厚めの下着を着たりして、あたたかい服装で過ごしましょう。

さむいけど、うんどう！びょうきをよぼう

ほけんもくひょう
 保健目標

よぼう
 かぜ・インフルエンザを予防しよう



あわてんぼうのサンタクロースがみんなへの大切なプレゼント『かぜ予防のひみつ』を落としちゃった！？言葉をつなげて、サンタクロースに届けてあげよう！



同じような箱の文字をつなげてみると…

○○○○ ○○○○ ○○○○ ○○○ ○○○ ○○○ ○○○



みなさんが日頃、歯みがきやむし歯の治療を頑張っているため、昨年引き続き、よい歯の学校運動石川県大会で優良校に選ばれました。また、**歯が**・ポスター作文コンクールでは、15名の児童が表彰されました。おめでとうございます！これからも「セルフケア」と「プロケア」を続けて、健康な歯で笑ってほしいですね。

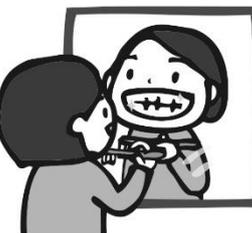


学校代表で応募したメンバーです！

むし歯になりやすい生活チェック！



- あてはまる人は要注意！
- おやつをたくさん食べる
 - 清涼飲料水を1日に2本以上飲む
 - 食べ物を噛む回数が少ない (30回以下)
 - 1日の歯みがきの回数が2回以下



はみがき後はみがけているかが鏡でチェック！

保護者の皆様へ

締め切りは、**12月8日(金)**です。

❖健康ノートについて

健康ノートを配付しますので、お子さんの2学期の身長、体重、視力など、成長の様子をご覧ください。確認されましたら、学校に提出してください。

❖インフルエンザについて

市内でも流行のきざしが見られます。発熱及び風邪等の症状がある場合は学校へご連絡下さい。検査の結果(コロナ及びインフルエンザ)が分かった場合は、学校までお知らせ下さい。インフルエンザの場合は、発症した日、受診日、インフルエンザの型、詳しい症状などを教えて頂くようお願いいたします。

出席停止期間「発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまで」です。

(医師が感染のおそれがないと認めた場合はその限りではない)

さわやか週間のご協力ありがとうございました。