



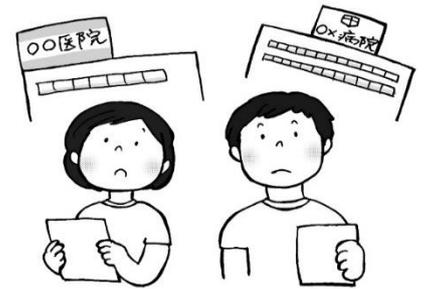
令和5年12月1日
一宮町立一宮小学校
保健室

今年も残すところ1か月となりました。みなさんにとって今年はどんな1年だったでしょうか。ニュースでは、インフルエンザ感染者が増加しており、他の感染症との同時流行も懸念されています。保護者の方々には、気の抜けない状況が続きますが、学校でも感染対策に努めてまいりますので、引き続きご協力をお願いします。



今年の治療、今年のうちに！

健康診断の結果、治療勧告書を配付され、まだ治療を受けていないお子様は、年末年始で医療機関が休診になる前に、早めに治療を受けましょう。治療は終了したけれども治療報告書をまだお持ちの方は、学級担任へご提出ください。

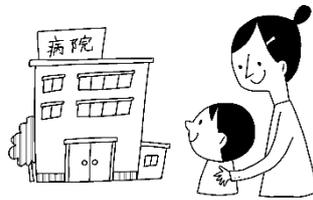


むし歯などの体の異状は自然に治ることはなく時間とともに進行します。早めの治療を心がけましょう

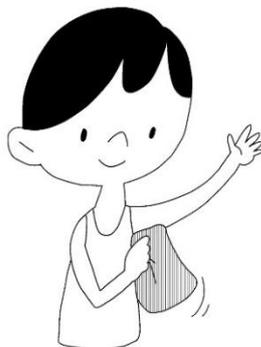


現在の治療率は・・・ (11月27日現在)

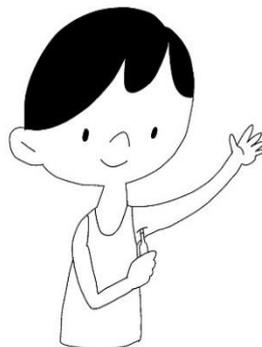
視力 48.8%
歯科 39.0%



正しい体温の測り方



あせが付いているとうまく測れないので、かわいたタオルなどで軽くわきをふきます。



わきの下のくぼんだ部分に、体温計の先たんをななめ下から上におし上げるように当てます。



測っている方と反対の手であてて軽くおさえて、わきを閉じ、体温計の音が鳴るまで待ちます。

しょうにせいかつしゅうかんびょうよほうきょうしつ おこな 小児生活習慣病予防教室を行っています

11月末から、4年生を対象に小児生活習慣病予防教室を行っています。睡眠の効果や朝ごはんの大切さなど生活習慣に関する内容を、養護教諭や栄養教諭と一緒に学習します。ふだんの自分自身の生活を振り返り、これからも元気に学校生活を送れるよう、できることからチャレンジしていきましょう。

<すいみんの効果>

<p>1. 体が成長する</p> 	<p>2. 病気やけがになりにくい体になる</p> 
<p>3. 体や脳のつかれをとる</p> 	<p>4. 頭の中の整理をする</p> 

チャレンジしましょう!



はやね 早寝
あさ 朝ごはん
はやお 早起き



しかしどう おこな 歯科指導を行います



12月13日(水)、1・5年生を対象に歯科指導を予定しています。歯科衛生士さん3名を講師に招き、各学級で学習を行います。今年度も感染症予防のため、歯の赤染めは実施しませんが、手鏡で自分の歯を観察したり、むし歯や歯肉炎を予防する正しい歯みがきを練習したりします。歯は一生の宝物です。学んだことを生かして、毎日上手な歯みがきを続けていきましょう。



ふゆやす 冬休みもけんこうにすごそう!

<p>ふ きそくな生活リズムにならないように!</p> 	<p>や りすぎ、見すぎに注意! ゲームやテレビ</p> 	<p>す ききらいなくして栄養バランスよく</p> 	<p>み がこう! 歯1本1本をていねいに</p> 
<p>ゆ だんせずつだ お休み中もかせ予防を</p> 			