

PTA 会員数で配付 おうちの人と一緒によんでください



鹿嶋市立高松小学校 保健室

朝夕の冷えこみが厳しくなり、冬が近づいていることを実感します。からだが寒さになれていないこの時期は風邪をひきやすい時期です。

しっかり手洗い・うがいをして、かぜを予防しましょう。



感染症情報

～全国的に「マイコプラズマ肺炎」が流行しています！！～

マイコプラズマ肺炎は、咳・発熱・のどの痛みなど、風邪のような症状があらわれ、とくに夜間や早朝に症状が悪化します。風邪がしばらく治らない？熱・咳が長引く？と思ったらマイコプラズマ肺炎かもしれませんので、早めに医療機関にかけましょう。

マイコプラズマ肺炎は出席停止の感染症です。診断がでた場合は学校へご連絡ください。また、登校時期はお医者さんの指示にしたがってください。



※本校では現在流行している病気はありません。インフルエンザや感染性胃腸炎など大きな流行がみられた時には、臨時のほけんだよりやホームページなどでお知らせします。

★就学時検診がありました★



10月27日（木）、来年高松小に入学予定のお子さんの健康診断があり、5年生が、会場の準備、新入生の誘導や健康診断の補助をしてくれました。

優しく道案内をしたり検診の受け方を教えたり、上級生として立派な姿を見せてくれました。



は し どう おこな
歯みがき指導を行っています

養護教諭が、各クラスをまわって歯みがきの時間にミニ歯みがき指導をおこなっています。

なんでむし歯ができるのか、どうみがくと汚れが落ちやすいのか、自分の歯を観察しながら歯みがきをしました。ひとりひとり歯の生え方・歯並びが違うので、自分の口に合ったみがき方をマスターできるといいですね。家でも、鏡で自分の歯を観察してみよう！



～おうちの方へ～

「小学生のうちは、どうしてもみがき残しが多く、仕上げみがきが大切です」と学校歯科医の布瀬川先生より以前にお話がありました。汚れを落とすだけでなくむし歯の早期発見や親子のコミュニケーションにもなりますので、ぜひ仕上げみがきをお願いします。

ナスカちゃんの保健コーナー



めざましスイッチ
あさごはん

ナスカちゃん＝
鹿嶋市の公認キャラクター

あさごはんは
からだところの
めざましスイッチ



あさごはんは
あたまの
めざましスイッチ



あさごはんは
うんちがでる
めざましスイッチ



あか
(からだをつくるもと)
にく、さかな、たまご、ぎゅうにゅう



きいろ
(ちからのもと)
パン、ごはん、コーンフレーク



みどり
(からだのちょうしをととのえる)
やさしい、くだもの



あさごはんは心と体にとってとても大切です。

鹿嶋市養護教諭部会