

ほけんだより 11

保健室 / H30 年 11 月 6 日 発行



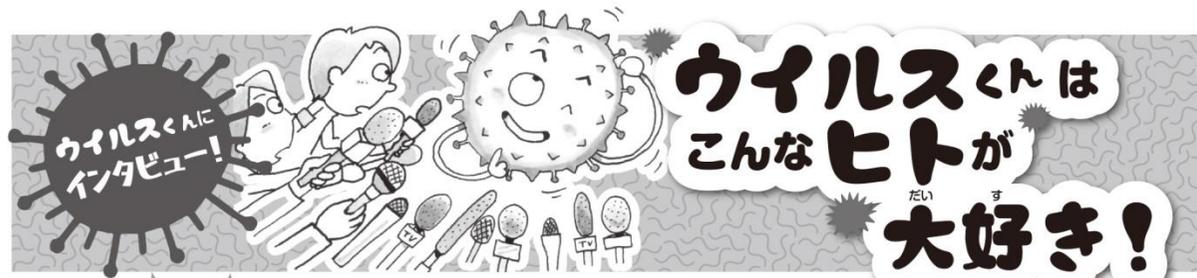
【今月の保健目標】

かぜのよぼうをしよう



【今月の保健安全予定】

- 5日(月) 就学時健康診断
- 8日(木) 歯科指導
- 20日(火) 保健委員会発表
- 27日(火) 清潔検査
- 30日(金) 持久走前健康診断



**くしゃみやせきを
手で押さえない子!**

おかげで他の子のところまで
飛んでいけるんだ~

手を洗わない子!

家に帰ったときや、
ごはんの前には洗わない子が
特にスキ!

**窓を閉め切った
部屋にいる子!**

外に追い出されず、一緒に
いられてしあわせだな~

夜ふかしをする子!

寝不足の子はめんえき力がない
から、すぐに友だちになれるよ

**人ごみの中
によく行く子!**

仲良くなるチャンスが
いっぱいあるよ

受診率 について

視力 87.0% (23人中20人)

歯科 46.4% (28人中13人)

受診勧告書の提出など、ご協力ありがとうございます。
視力検査後の受診率が8割を超えました!

感染症情報

まだ市内で、インフルエンザは
流行していませんが、手洗い・
うがいをしっかりやりましょう。
ハンカチの貸し借りも感染する
原因になるので、かならず自分
のハンカチをつかきましょう。

11月8日はいい歯の日

- **ひとくち30かい かんで食べよう!**
よくかまないと...×
・おなかがいなくなる ・まんぷく感が出ない
たくさんかむと...◎
・だえきが出てむし歯よぼうになる
- **時間をきめて おかしを食べよう!**
だらだら食いは...×
・むし歯になりやすい

**歯みがきも3かい
あさ・ひる・よる
しっかりやろう!**



病気になる(ウイルスに嫌われる)ためには、どうすればいいかわかったかな?