

ほけんだより

～ふゆやすみ号～



井上 藍

今年も残りわずかとなり、冬休みももうすぐですね。この時期はクリスマスに大晦日、お正月とイベントが多く、ご家族はもちろん、場合によってはお子さんが友達同士など、子どもたちだけで出かける機会も増えるかもしれません。休み中、また楽しい時間を過ごすこともあって、どうしても気持ちがゆるみがちになります。引き続き感染症対策のほか、少しでも事故・トラブルの危険を減らすために、出かける際には、行き先や帰宅時刻を知らせるなど、お子さんとよく話し合い、あらかじめルールを決めるなどのご指導・ご対応をお願いできればと思います。休み明けに、また子どもたちの笑顔に会えることを楽しみにしています。どうぞよいお年をお迎えください。



* 2学期の保健室来室状況 *

(12月16日現在)

2学期は、跳び箱や鉄棒でけがをする児童がいました。体育の授業の準備運動をしっかりと行い、正しいやり方できるように努めてほしいと思います。
3学期は、みんなが心も元気いっぱいに過ごるように願っています。

●病気や体の不調	<u>366人</u>	●最も多かった病気	頭痛	<u>105人</u>
●けが	<u>887人</u>	●もっとも多かったけが	打撲	<u>362人</u>
●体調不良が多かった曜日	<u>火曜日</u>	●けがが多かった曜日	<u>木曜日</u>	
●けがが多かった学校内の場所	<u>校庭</u>			

～2年生 歯科保健指導を行いました～



12月7日(水) 歯科衛生さんによる“歯科保健指導”を実施しました。

内容：『は・歯・ハのはなし「第一大臼歯をみがこう!」』

パワーポイントを使って、歯の役割・第一大臼歯の大切さ・動物の歯クイズ・歯垢・むし歯きん・むし歯になりやすい食べ物・歯みがきのやり方等を楽しく分かりやすく教えていただきました。コロナ禍の中なので、実際に歯ブラシを歯に当ててみがくことができませんでしたが、えんぴつを持ちマスクの上から磨く真似をしました。

<児童の感想>

- ・ペットボトルのふた一つ分の水でも、うがいができることをはじめて知りました。
- ・歯のみがき方のコツは、優しく小さく動かすことをはじめて知りました。
- ・これからも歯を何年も使えるように、むし歯なくきれいに使います。



クイズで
おぼ
覚えよう!

ふゆ かん せん しょう よ ぼう
冬の感染症予防



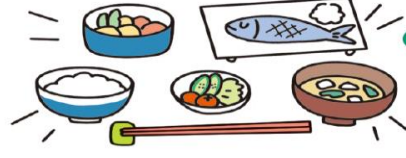
冬の感染症はあっという間に流行が広がることも多く、ふだんからの予防がかかせません。しっかり頭に入っているか、あらためてチェックしてみましょう。〔 〕にあてはまることばを【キーワード】からえらんでね!

①手を洗うときにはすみずみまで洗うことのほか、〔 〕を使うこと、水を〔 〕洗うこと、洗った後に水気をしっかり〔 〕こともポイントです。



②感染をひげないためには〔 〕を。せきやくしゃみで出る、ウイルスがついた〔 〕をとめることができます。

③しめきった部屋の〔 〕はどんどんよごれていき、感染症の原因にも。1時間ごとに10分くらい、窓やドアを開けて〔 〕をしてください。



④病気を予防し、草くなおすために必要な、私たちのからだの〔 〕。十分な〔 〕と〔 〕、適度な〔 〕はここでも大切になってきます。

⑤インフルエンザや〔 〕による感染性胃腸炎と診断されると、〔 〕となります。欠席にはならないので、おうちでゆっくり休みましょう。



キーワード

- | | | | | | | | | |
|-----|-------|-------|-----|------|------|-----|-----|-------|
| なが | にゅういん | しゅつせき | いし | せつ | えいよう | おゆ | し | こおりみず |
| 流して | 入院 | 出席停止 | 石けん | 栄養 | お湯 | 歯こう | 氷水 | 空気 |
| 蒸気 | 集中力 | 睡眠 | マスク | 換気 | そうじ | かぜ薬 | 空気 | 空気 |
| ためて | ふき取る | かぜ | 勉強 | 外出禁止 | 抵抗力 | 飛まつ | 飛まつ | 飛まつ |

こたえ：①石けん、流して、ふき取る ②マスク、飛まつ ③空気、換気
④抵抗力、睡眠、栄養、運動 ⑤ノロウイルス、出席停止

□■健康観察について■□

日頃より、健康観察の実施、Forms へのご入力ありがとうございます。新型コロナウイルスのほか、インフルエンザ等の感染症の流行が懸念されており、引き続きご協力よろしくお願いいたします。

冬休みにつきましては、年明け1月3日(火)から Forms へのご入力をお願いいたします。



* 保健室からのお知らせ *

- ①「ふゆやすみはみがきカレンダー」は、1月10日(火)始業式に提出してください。
- ②冬休み中に治療が終わった人は、2回目の治療勧告書(黄色い用紙)を提出してください。