

暦はんだより12月号

桶川市立桶川西小学校
保健室
令和6年12月2日



だんだんと冬の気配を感じながら、12月になりました。11月の持久走大会では、みなさんの頑張っている姿がたくさんみられました。

運動をすることで体力がつき、新型コロナウイルス感染症やインフルエンザの予防にもなります。持久走大会は終わりましたが、今月もたくさん運動をして元気な体を作りましょう。

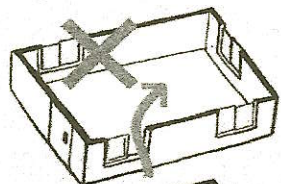
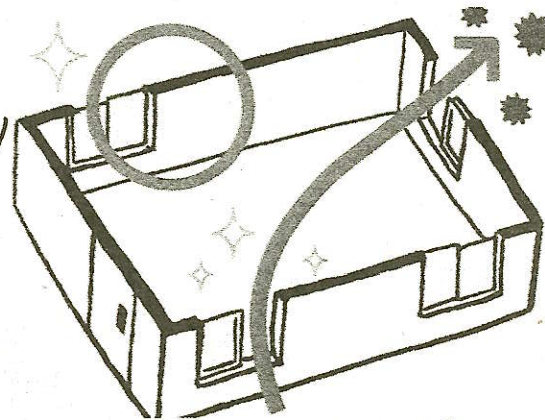
桶川西小感染症情報

11月後半はマイコプラズマ感染症や手足口病、伝染性紅斑(リンゴ病)の流行が少し見られました。

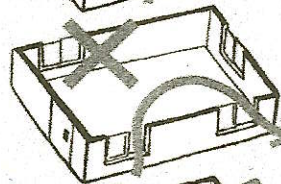
インフルエンザや新型コロナウイルス感染症の感染者はごくわずかで流行はみられません。

かん気をいれて 風の通り道をつくらう

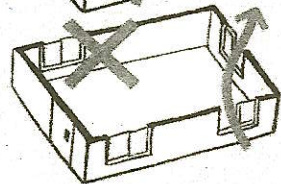
かん気をしないと、ウイルスやほこり、きたない空気がこもって、おまがいた頭痛、インフルエンザなどにかかりやすくなります。



窓を1箇所開けただけだと
うまく風が流れない
(風の入口と出口が必要)



2箇所でも同じ方向の窓だと
新鮮な空気があまり部屋の
中を循環せず外に出ていく



2方向の窓を開けても
近い位置だと狭い範囲でしか
空気が循環せず非効率

教室を対角線上に
あけて、風の子を

入れてあげましょう!

休み時間はせんぶ
のまどをあけよう!

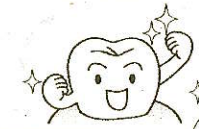
歯の赤ぞめの

ご協力ありがとうございます!

1~4年生は家庭で、5、6年生は学校で歯の赤ぞめを行っています。いい歯の日に合わせて歯や口の健康に目を向けるきっかけをつくり、「自分の歯を自分で守る」という気持ちを育てていきたいと思っています。

高学年では歯の赤ぞめの後に、歯肉炎の話をしました。歯肉炎がなぜ起こるのかを含め、歯肉の健康も大切なことを話しました。今80歳で20本以上歯が残っている人は約半分です。子どもたちが80歳になるころに、各々の歯が20本残るように、これからも歯科保健指導を続けていきたいと思っています。

12月、特に冬休みに入ってからでも児童の歯みがきの習慣が続くようご協力をお願いします。



むし歯を
治そう!

むし歯の治療率

56%

治療中の返信も

ありがとうございます!

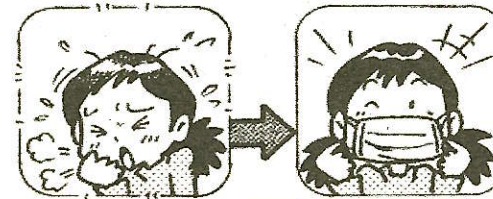
のこり34人です。むし歯の治療は早いほど

①少しの時間

②少しの痛み

で治療できます。

せきが出るときはマスクを!



「人にうつさない」のも
マナーです

学校はたくさんの方が生活する場です。

マスクの着用は自由になっていますが、かぜなどをひいてせきが出ているときは、マスクをしましょう。