

ほけんだより



白鳥西小学校 保健室 令和元年11月29日発行 第8号

12月の保健目標

今年もあとひと月となりました。今年1年は健康に

すごせたでしょうか？【早ね・早起き・朝ごはん・運動】で体力や免疫力をつけて、寒さに負けない体をつくっていきましょう！

ふゆ けんこう 冬を健康にすごそう



みんなで目指そう！
白鳥西小むし歯ゼロ！

先月号から本日まで、むし歯の治療が済んだ児童を紹介します

むし歯治療済み児童

2年生

むし歯の治療が済んでいない人は、冬休みの時間を活用して治療をしましょう！

現在のむし歯治療率：76.1% (35/46人)

～もくひょうのむし歯治療率80%達成まであと少し！！～

※ 現在の「むし歯ゼロ」児童数：87.6% (78/89人)



さわやか週間の取り組み

11月のさわやか週間の結果と12月のさわやか週間の日程をお知らせします！

【12月のさわやか週間】

12月2日(月)～12月6日(金)

感染症流行の時期です！

きちんと身につけよう！！



【11月の結果】

「さわやか賞」 3年生
「努力賞」 5・6年生

ハンカチは前日に準備して、忘れにないようにしましょう！

インフルエンザの出席停止期間について

茨城県では、早くもインフルエンザの流行入りとなりました。出席停止期間についてご確認をお願いいたします。期間は、学校保健安全法で下記のとおり定められています。

発症後、最低5日間+解熱後2日は登校不可

発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
		解熱後1日目	解熱後2日目		発症後5日以内	登校可能	
			解熱後1日目	解熱後2日目	発症後5日以内	登校可能	
				解熱後1日目	解熱後2日目	登校可能	
					解熱後1日目	解熱後2日目	登校可能

【インフルエンザの出席停止期間】

発症（発熱）した翌日から5日間、かつ、解熱後2日（幼児にあっては3日）を経過するまで

かぜ・インフルエンザの予防をしよう！

人混みのあるところに行く時はマスクを着用しましょう！



裏面もあります。ご覧ください。

11/27 2年生 むし歯予防教室

ほよほうきょうしつ

6歳臼歯について学び、ブラッシングの方法を丁寧に教えていただきました。歯の染め出しを行うと、自分たちの歯にどのくらい汚れがついているのかわかり、驚いていました。子どもたちは熱心に話を聞き、歯みがきに取り組むことができました。



11/27 5年生 歯周病予防教室

ししゅうびょうよほうきょうしつ

歯の仕組みや歯周病がどのようにして起こるの学びました。また、ブラッシングに加えて、デンタルフロスで歯垢を除去する方法を教えていただきました。歯みがきによる歯垢の除去率は60~70%くらいですが、デンタルフロスを足すと90%くらいまで除去率をあげられるそうです！丁寧にケアをして、きれいな歯を保っていきましょう。

