

ほけんだより **元気！笑顔！**

金沢市立戸板小学校 保健室

校庭の木々が色づき秋の深まり感じます。10月上旬頃から、手足口病とマイコプラズマ肺炎の流行が続いています。また、寒暖差が大きく、体調をくずしやすい時期です。衣服や布団などの調整をして、規則正しい生活を送るように心がけ、体調管理に留意していきましょう。

11月スクールカウンセラー 相談日

(時間 9:30~12:30)

○5日(火) ○12日(火)

○18日(火) ○26日(火)

※裏面のお知らせをご覧ください

11月8日は「いい歯の日」

戸板小学校は、毎年、むし歯のない人の割合が金沢市の平均より高いです。保護者の方が、歯みがきの声かけや仕上げ磨き、定期受診など、歯の健康に留意されているからではないかと思えます。今後は自分自身で自分の歯を健康に保っていく習慣を身につけていってほしいですね。

11月は、2・3・4年生に歯や食育の授業を行います。学んだことを、毎日の歯みがきや食生活に活かしていきましょう。

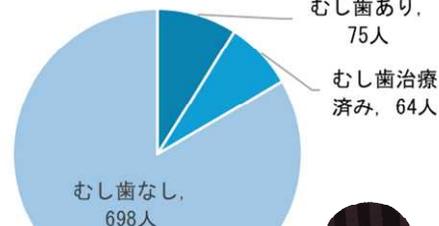
【歯科検診結果】

	むし歯あり	むし歯治療済み	むし歯なし
R6年度 戸板小	9.0%	7.6%	83.4%
R5年度 金沢市	16.6%	12.0%	71.5%

【検診後の治療状況（9月末時点）】

	R4	R5	R6
検診後治療した人	66.7%	74.2%	65.3%

令和6年度歯科検診結果



むし歯になってからの受診より、定期受診がおすすめです！

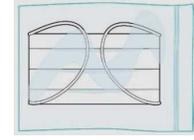


むし歯の**治療**がまだの人は、できるだけ早く**受診**しましょう

マスク・ハンカチは入っていますか？

マスクの着用は基本自由ですが、給食の配膳・準備の際は全員がマスクを着用します。忘れる子もいるようですので、マスクがランドセルに入っているか今一度ご確認ください。また、最近、マイコプラズマ肺炎の流行などもあり、感染症対策としてマスクの着用を促すことがあります。予備を多めに準備しておきましょう。手洗い後に使うハンカチは毎日取り替え、悪天候に備えて、靴下の準備等もおきましょう。

新しいマスク
4~5枚



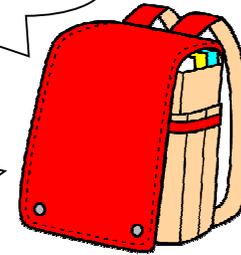
ハンカチは
毎日洗って清潔に



使ったマスクを
入れる
ナイロン袋



かえのくつ下を入れて
おくと、
ぬれた時も
安心です



てんきよほうをみて

きおんにあわせて ふくをえらぼう！

26℃以上	Tシャツ はんそでシャツ
21~25℃	ながそでシャツ
16~20℃	かさねぎ カーディガン ベスト
12~15℃	かさねぎ セーター うわぎ
7~11℃	コート フリース
6℃以下	ダウンジャケット フリース コート マフラー てぶくろ



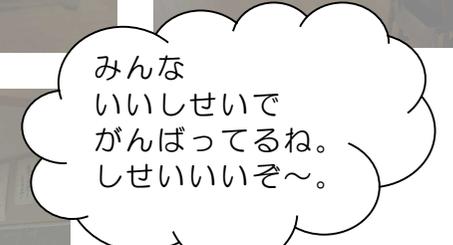
がっこうでは、ふくの下にきるしたぎ（はんそで、ながそで、そざいで）ベスト、くつしたやタイツなどで、ちょうどよいふくそうにちょうせつしましょう。



みんな、しせいいいぞう～！

今月の生活目標は「よしせいにしよう」でした。みんな「ピタピングー」を合い言葉に、よい姿勢ですごすよう気をつけていました。

先生方がみんなががんばっている様子を見て「しせいいいぞう」うちわをみせると、子ども達はよくない姿勢をなおしたり、背すじをピン！として、もっとよい姿勢になったりしていました。また、お互いに注意し合う姿もみられました。これからもよい姿勢に気をつけていきましょう。



担任の先生だけでなく、校長先生や教頭先生も廊下から「しせいいいぞう」うちわでみんなを応援！みんなせすじがピンとなります！



【1年生の心臓検診について】

9月に行われた1年生の心臓検診の一次検診の結果が出ました。お知らせが届いていない場合は、異常はありません。二次検診の結果については、結果が出ましたらお知らせいたしますので、もうしばらくお待ちください。

【通知表渡しの際のスクールカウンセラーによる相談について】

通知表渡しの際のカウンセリング希望調査では多数の方が希望されていて、お一人あたりの相談時間が短くなることが予想されます。11月～12月の火曜日午前中にも受け付けていますので、もし、日時を変更するご都合がつく方がいらっしゃれば、ご連絡ください。