



はんばらしょうがっこうほけんしつ R1年11月1日発行

朝夕には寒いと感じるくらいになってきました。寒さに慣れていないこの時期は、もっと気温が低いはずの真冬より寒く感じることもあります。かぜをひいている人も増えてきています。こまめにうがいや手洗いをし、かぜのウィルスを近づけないようにしましょう。

## かぜが流行る季節の前に **カラダの抵抗力UP!!**



バランスのとれた食事



適度な運動



じゅうぶんな睡眠



予防接種

### <保健室より>

9月はインフルエンザA型でお休みをしていた人が何人かいましたが、10月はお休みなしでした。11月からは、出席停止の病気の中でインフルエンザのみ治療証明書の提出から登校届けの提出へと形式が変更になります。病院から受け取れなかった場合は学校にも用紙がありますので、お声がけください。

\* インフルエンザは出席停止の病気です。「発症したあと5日を経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまで」がお休みの期間になります。



	むし歯がある人	治療が終わった人	治療がまだの人
1年生	15	7	8
2年生	18	5	13
3年生	17	5	12
4年生	14	5	9
5年生	12	4	8
6年生	13	3	10
合計	89	29	60

4月の歯科検診でむし歯が見つかった人は、もう治療は終わりましたか?そのままにしておくとうどん深くまでむし歯が進んでしまいます。早く歯医者さんで治療してもらいましょう!治療が終わったら、報告をお願いします。

11月1日(金)からは、はみがきカレンダーが始まりました。学年ごとにイラストが違うカレンダーを保健委員会で用意しましたので、楽しんで塗ってくださいね。歯ブラシの毛先が開いている人は、きれいにみがけないので、新しいものと交換しましょう。

### むし歯予防になる



### 肥満予防になる



少ない量で満足できるようになる

いっぱいかむと  
いっぱいこぼる

### だえきがたくさん出る



### 頭が良くなる



脳の働きが良くなるんだって