



こうほうしょうがっこう  
晃宝小学校 ほけんしつ  
なにわ ねん がっこう  
令和7年12月発行



2025年もあと1ヶ月で終わります。みんなは、健康や安全に気をつけて生活することができますか？1年間を振り返り、新たな気持ちで新年を迎えるようにしましょう。

## りゅうこうちゅう インフルエンザ流行中！！

インフルエンザで欠席する人が増えています。予防の基本は手洗いです。せっけんをつけてよく手を洗いましょう。また、ハンカチを持ってきていない人が多いです。毎日持ってきてください。

## かんせんよぼう 感染予防 の 基本 は 手洗いです！

ふゆ 冬はインフルエンザやウイルス性胃腸炎などの感染症が流行する季き ます。手のひらや指に細菌やウイルスがついた状態で、自分のめ はな くち 目、鼻、口などの粘膜を触ってしまうと、感染症にかかる可能性があります。そのため、こまめに石けんで手を洗うことが大切です。

### ●こんなときに手を洗おう！

- 外から帰ってきたとき
- ごはんを食べる前
- トイレの後
- 咳やくしゃみ、鼻をかんだとき
- 共有のものを触ったとき



### ●手洗いのポイント

#### ①石けんをしっかり泡立てる



#### ③泡や汚れをしっかり洗い流す



#### ②手のすみすみまで洗う (手のひら、手のこ、指と指の間、指先、つめの先、手首など)



#### ④せいけつなハンカチやタオルでふく



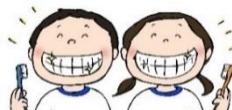
## 歯ブラシチェックをおこないました



11月8日の「いい歯の日」にちなんで、保健委員会で歯ブラシチェックを行いました。歯ブラシの毛先が開いていないかを確認し、一人ひとりにチェックカードを渡しました。歯ブラシの毛先が開いていると上手く磨けません。1か月に1本を自安に交換しましょう。



## 3年生 歯の健康教室



3年生を対象に、歯の健康教室が開かれました。

学校歯科医の加々美先生や、歯科衛生士さんに来ていただき、歯ブラシの持ち方や動かし方について、教えていただきました。また、歯の染め出しをして、磨き残しがあるところを確認していきました。



## むし歯の治療は済んでいますか？

歯科検診でむし歯があった人は、治療は済んでいますか？むし歯は、時間をかけないと完全に治すことができないものも多いです。治療がまだの人は、早めに受診をするようにしてください。また、むし歯がなかった人も定期的に受診して、口の中をきれいに保ちましょう。

