



こうほうしょうがっこう
晃宝小学校 ほけんしつ
れいわ ねん がつはっこう
令和7年12月発行



2025年もあと1か月で終わります。みなさんは、健康や安全に気をつけて生活することができましたか？1年間を振り返り、新たな気持ちで新年を迎えられるようにしましょう。

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。

感染予防の基本は手洗いです！

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時期です。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石けんをしっかりと泡立てる



②手のすみずみまで洗う

(手のひら、手のこう、指と指の間、指先、
つめの先、手首など)



③泡や汚れをしっかりと洗い流す



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本を目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。

