

ほけんだより 11月



2021年10月29日(金) 和歌山市立西脇小学校

10月後半から、肌寒い日が増え
てきましたね。空気も少しずつ乾燥
してきて、風邪やインフルエンザ等の
感染症の流行しやすい季節が近
づいてきました。引き続き、感染
症対策をしっかりと行っていきましょう。



感染症対策は「ま・か・し・て」!



① マスクをつける



② かんきをする



③ (手や指も) しょうどくする



④ 手を洗う

感染症対策のポイントは、この4つです。この4つのポイントをおさえ、バッチリ対策していきましょう!!

11月 保健行事予定

1日(月) 就学时健康診断
来年度入学予定の新入児の健康診断です。10月4日(月)に
予定していたものが、断水の影響で延期になりました。
6年生のみなさん、お手伝いをお願いします。

4日(木) 脊柱側弯検診 9:30~ [5年生]

24日(水) 歯科健診 9:00~ [1・3・5年生]

25日(木) 歯科健診 9:00~ [のびすく学級と2・4・6年生]



11月8日は 歯の日

いい歯の日 一本一本ていねいに歯みがき

80歳で20本以上の自分の歯を保つために、意識して続けよう歯の健康習慣!

① よくかんで食べる



唾液は歯のガードマン!

② 寝る前の歯みがき



寝ている間に増える歯垢。寝る前にしっかりみがきましょう。

③ 歯間ブラシやデンタルフロスも使って歯と歯の間もきれいに



④ 定期的に歯科医院で歯の健康チェック!

