

令和4年12月3日

ほけんだより12がっ



墨田区立小梅小学校
校長 増淵 裕美
養護教諭 池垣 歩佳

季節の変わり目や行事が重なったこともあり、先月は、保健室で休養する児童や早退する児童が多く見られました。また、胃腸炎症状（嘔吐・下痢）などで欠席する児童も見られました。これからますます寒い時期になります。腹痛の時などには、保健室で湯たんぽの貸し出しもしていますが、温かい服装をして寒さ対策をし、かぜやインフルエンザを予防しましょう。



12月の保健目標

かぜの予防をしよう

マスクやばんそうこうを1,2枚袋に入れて、ランドセルの内ポケットに入れておくと安心です。

せきエチケットしていますか？

せき・くしゃみが出る時



○マスクをつける



○いつもティッシュ・ハンカチを持っている

せき・くしゃみが出そうになったら



○口と鼻をおおう



○まわりの人にかからないように横を向く

せき・くしゃみをしたあとは



○使ったティッシュはすぐに捨てる



○手で覆ったときは手を洗う



インフルエンザの予防接種はお済みですか？

インフルエンザの予防接種は、接種してから2週間くらい後に効果がでます。持続期間は3～5か月程度とされています。早めの接種をお願いします。

裏面もあります。

秋季歯科検診 (全学年) 11月18日(金)

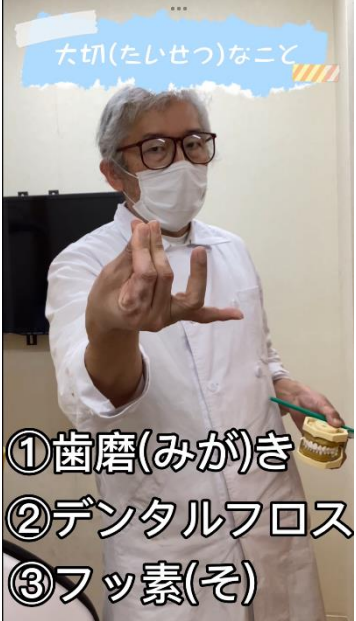


11月18日(金)に、秋の歯科検診を行いました。校医の富澤先生からは良く磨けているとお褒めのことばをいただきました！また、21日(月)の全校朝会では、富澤先生に歯の磨き方などの歯についてのお話をさせていただいた動画を全クラスで視聴し、どのようなことが大切か、感想を書きました。継続して歯を大切にしてほしいと思います。

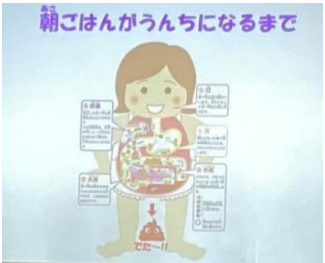


Q. 歯は何分みがくと良いでしょう？

Q. 虫歯ができる場所はどこでしょう？

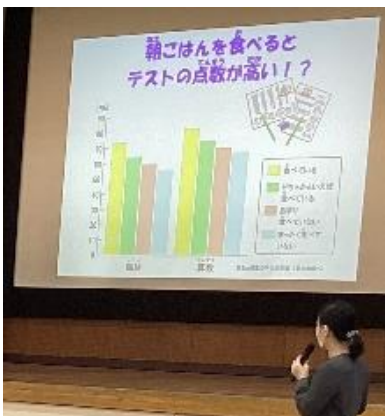


教室で真剣に話を聞いています！



1年生「バナナうんちで元気な子！」

11月5日(土)の3時間目に、1年生が日本成人病予防協会の方による「バナナうんちで元気な子！」という話を聞きました。うんちと聞くと「やだー」とか「汚い!!」という感想が出がちですが、うんちは身体からのお便り。うんちにはいろんな種類があるよ！という話から、良いうんちってどんなうんちだろう？最初にやったね！という流れで話が進みました。最後は話を聞いてばかりで疲れたから、うんこでサンバ！という踊りに合わせて、楽しいリズムで身体を動かしました。最初は抵抗があると思いますが、ぜひ自分のうんちを観察して「今日は良いうんちだった！」と思える生活をしていきましょう！



人間の小腸ってこんなに長いんだよ!
(子ども:約5m 大人:約7m)

