



# ☆きらきら☆

りんどうヶ丘小学校  
ほけんしつ

11月は『いい姿勢の日(11月1日)』『いい歯の日(11月8日)』『換気の日(11月9日)』『トイレの日(11月10日)』『いい皮膚の日(11月12日)』と、体や健康に関する記念日がたくさんあります!「今日は何の日?」と調べてみてもおもしろいですね~。

## 11月8日は『いい歯の日』

あなたは、きちんとみがけていますか?

1日1回はかがみを見ながらていねいにみがきましょう!



学校歯科医の多田先生に聞いたら、特に夜ねる前のはみがきと~っても大事なんですって。ねている間が一番むし歯ができてやすいんです!

## 11月2日の歯科健診の結果から

	歯垢(細菌のかたまり)		歯肉		むし歯
	少しいている	たくさんしている	軽い歯肉炎	歯肉炎	
R4年6月	40.4%(19人)	10.6%(5人)	25.5%(12人)	8.5%(4人)	23.4%(11人)
R5年6月	31.2%(15人)	6.3%(3人)	35.4%(17人)	2.1%(1人)	27.7%(13人)
R5年11月	12.8%(6人)	0%(0人)	23.4%(11人)	2.1%(1人)	29.8%(14人)

☆先週の歯科健診の結果を見ると、歯垢・歯肉の状態はものすごく良くなっています!みなさんが、がんばって歯みがきをしている証拠です。ただ、残念なことにおむし歯を持っている人はふえています。まずは、むし歯があった人は歯医者さんで治療してください。そして、**ていねいな歯みがき+仕上げみがき+フロス**をすることで、むし歯ができてにくいお口になります!おやつは時間を決めることも大事ですね。



5.6年生が時々、トイレのチェックをして報告してくれますね。

みなさんはトイレに行ったときに、スリッパがならんでいなかったり、トイレットペーパーがちらかっていたり、ベンキがよごれていたらどう思いますか?

『トイレには神様がいる』と言われるます。トイレをきれいにすると、運気があがると...。みんなが使うトイレです。みんながきもちよく使えるように!

11月10日は「いいトイレの日」  
**うんち君を塗ってみよう!**

うんち君がいるマスに塗ってつぶすと、文字が出てくるよ。さて、トイレの約束は何かな?




**トイレの約束** 流すときは   をしめて



# し か けんしん けっか はいふ 歯科健診の結果を配布しています!

むし歯や要注意乳歯がある場合は歯医者さんに行かれてください。むし歯になりそうな歯は歯みがきで改善することもあります。むし歯に進行することもあります。ていねいな歯みがき+仕上げみがき+フロスで予防してください。

むし歯は歯医者さんで治療しないと良くなりません。乳歯のむし歯も放っておくと、永久歯の生え方に影響します。早めの治療が子どもにとっても大人にとっても負担が少なくていいです。忙しいと思いますが、まずは歯医者さんに電話をお願いします。

また 巷では流行中...いつ罹ってもおかしくない

## しゅっせきていしきかん インフルエンザの出席停止期間について

数年ぶりにインフルエンザが流行中ですね。そろそろ山を登ってくるかもです。ご用心ください。そこで、出席停止の確認です。

はっしょうご にち けいか げねつご けいか  
「発症後、5日を経過し、かつ、解熱後2日を経過するまで」

はつねつ ひ かぞ ねつ さ はっしょうご けいか どうこう ひか  
発熱した日を0日と数えます。すぐに熱が下がっても、発症後5日を経過するまでは登校を控えてください。

### インフルエンザ!?

登校再開はいつになる?



原則 発症後、5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで出席停止です。



発熱中



解熱



登校可能

発熱期間	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
2日間								
3日間								
4日間								
5日間								

※1 発症日翌日を1日目と数えます。

※2 発症から5日を経過しても、解熱してから2日を経過しなければ登校はできません。

※3 表中の「発熱期間」の最後の日に解熱したとします。