

にこにこ 12月

R元. 12. 3

龍野小保健便り
保健室 宗 小百美
おうちのひとといっしょによんでください。

12月になりました。今年の冬の気温は、九州北部地方(熊本県は、九州北部に入ります。)は、「平年並みか高い」という予報です。すごく寒くなるとの予報ではなかったことはよかったのですが、やはり、冬は、寒くてカゼやインフルエンザの流行する季節であることは間違いありません。手洗いうがいなどで、しっかり予防をしていきましょう。



HeiClub

これからの季節、カゼやインフルエンザのウイルスが強くなり、どんどん増えていきます。しかし、私たちの目では見ることはできません。そこで、下のマンガではどんなところにウイルスたちがいるかを表しています。このマンガを見て、みなさんは、どんなことに気をつけていけばよいのか考えていきましょう。

ウイルスはどこにいる？



② 手についたウイルスがドアのところに付いてしまいました。後から、とつてをさわった人たちの手にもウイルスが付いてしまうかもしれませんね。

③ カゼをひいている人たちの中には、マスクもはめていない人がいますね。

咳が出そうな人は、かならずマスクをしておきましょう。

⑤ 給食の前には手をあらわないと、もしかすると、ウイルスも一緒に食べてしまうことになるかもしれませんね。

① どうやら、この子はカゼをひいているようです。咳をしています。手で口を押さえています。ということは、手にウイルスが・・・

咳が出そうになったら、手で口をおさえて横をむこう。

④ 寒いからといって、空気の入れかえをしないと、ウイルスが教室中にじゅう満してしまいますね。

休み時間毎に、空気の入れかえをして、ウイルスをおいだそう。

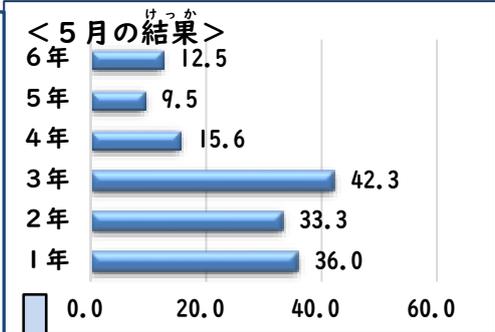
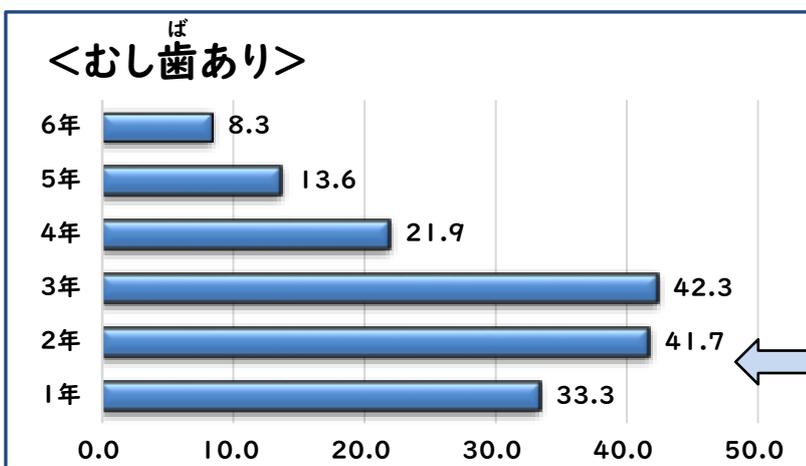
手洗いは、石けんを使って、良く泡立てて指の先や指の間まできれいに洗きましょう。

<クイズ>ウイルスは、このマンガの中に何個いるでしょう。答えは、保健室前に掲示します。

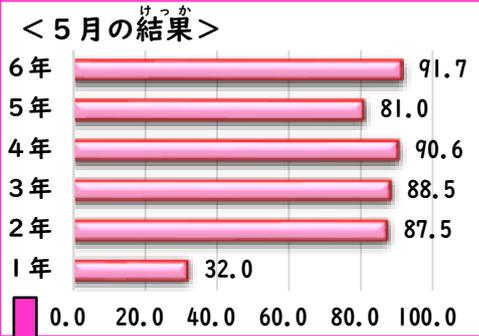
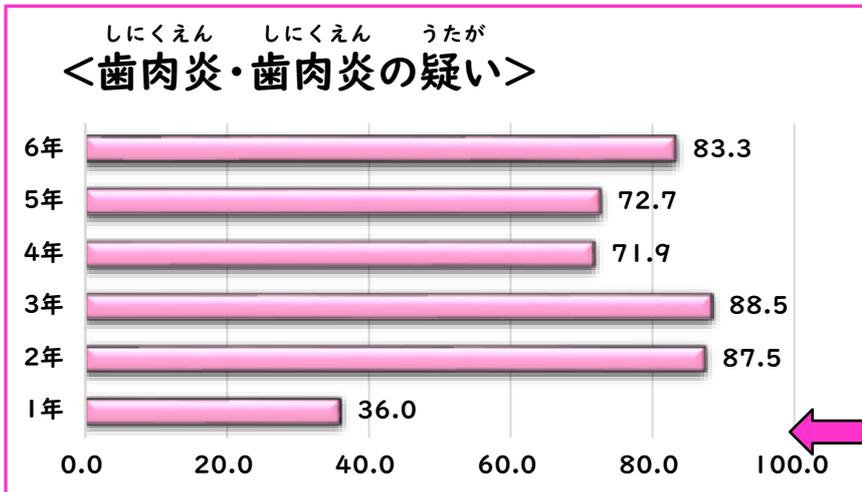


第2回歯科検診結果

11月28日、29日に、今年度2回目の歯科検診がありました。「むし歯あり」は、5月より少なくなった学年もありますが、反対に増えてしまったという学年もあります。「歯肉炎・歯肉炎の疑い」では、上学年が少なくなっていたのは、良かったと思います。



注) 近日中に歯科検診のお知らせを渡します。
治療が必要な人は早めに治療に行きましょう



龍野小学校の学校歯科医、清村先生に歯科検診が終わってから「歯肉炎の疑いの児童が多いですね。」と、お尋ねすると、「歯みがきをしようというけど、「歯ぐきみがき」をすることが大事」と言われていました。歯ぐきを磨くようにすると、歯垢がたまらなくて、歯肉炎の予防だけでなく、むし歯も予防できます。これから、「歯ぐきみがき」をみなさんが頑張っていきましょう。

2回目は、毎年、歯科衛生士の方に歯みがき指導をいただいています。
今年も、日頃磨けていないのではないかと思われる箇所を歯科医の先生に教えていただき、そこを重点的に指導していただきました。各学年に1人、2人だけでしたが指導するところなしの合格という人もいました。
教えていただいたところは、特に丁寧に磨いていこうにしましょう。



歯ブラシの毛先がしっかり歯に当たるようにして磨いてね。

歯ブラシは、えんぴつを持つようにして持ってね。