

ほけんだより11月

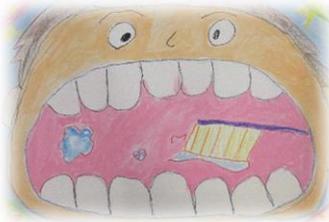
令和6年11月8日
さいたま市立善前小学校

11月の保健目標『寒さに負けない丈夫な体をつくろう』

いいはひとくしゅう 118の日特集!

118の日トピック その1

6月の歯・口の図画ポスターコンクールで、善前小代表に選ばれた6名の児童の作品が、浦和歯科医師会の審査で入選となりました。おめでとうございます!



118の日トピック その2



12月5日(木)に秋の歯科健診を実施します。今年2回目の健診は、むし歯を中心に診ていただきます。前回むし歯があった人もなかった人も、新たにむし歯が見つからないよう、毎日の歯のお手入れをしっかりとっておきましょう!

いい歯のために 毎日のつみ重ねが大事!

歳をとってもずっと自分の歯ですごせるように、歯にいい習慣を身につけよう!



食べたらみがく。3食後、3分以内に3分間が理想的。



1本1本の歯を意識しながら時間をかけてみがく。



よく噛むことでだ液がしっかり出ると、むし歯予防にも効果あり。



歯と歯の間はデンタルフロスや歯間ブラシを上手に活用。

寒上ノ上手につまあろう



みんなで気持ちよく
過ごすための

せ

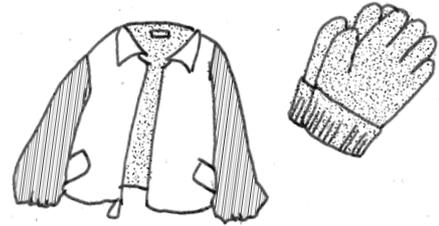
き

エチケット



秋が深まり、朝晩の冷え込みが厳しくな
ってきました。こんな日は窓を閉め切っ
てしまいがちですが、感染症の予防には
換気も大切です。教室で窓を開けると、
座席によっては寒さを感じることもあるか
もしれませんので、室内でも使える上着な
どを用意して、体温を調整できるとよいで
すね。

屋外では、ポケットに手を入れたまま歩
いて転ぶと危険です。手袋を活用して、寒
い季節も工夫しながら元気に過ごしまし
ょう。



保護者の方へ

感染症による出席停止期間について

学校保健安全法により、感染症にかかった場合には出席停止となります。出席停止の期間は以下の表を御確認ください。ただし、症状により医師から感染のおそれがないと認められたときは、この限りではありません。

感染症	出席停止期間の基準
☆インフルエンザ	発症した後五日を経過し、かつ、解熱した後二日を経過するまで
百日咳	特有の咳が消失するまで又は五日間の適正な抗菌性物質製剤による治療が終了するまで
麻疹（はしか）	解熱した後三日を経過するまで
流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）	耳下腺、顎下腺又は舌下腺の腫脹が発現した後五日を経過し、かつ、全身状態が良好になるまで
風しん	発しんが消失するまで
水痘（水疱瘡）	すべての発しんが痂皮化するまで
咽頭結膜熱（プール熱）	主要症状が消退した後二日を経過するまで
その他の感染症 （感染性胃腸炎、★マイコプラズマ感染症、溶連菌感染症、★伝染性紅斑、★手足口病、ヘルパンギーナ等）	症状により医師から感染のおそれがないと認められるまで

★印は現在、善前小で発生している感染症です

