

ほけんだよい

ひと いっしょ よ
おうちの人と一緒に読んでね！

令和7年11月

No.8



いっき あさゆう ひ こ つよ かぜ ひと たいちょう わる ひと ふ
一気に朝夕の冷え込みが強くなり、風邪をひいている人や体調が悪い人が増えてきて
います。ひごろ せいかつしゅうかん とのて てあら とう よぼう おこな
日頃から生活習慣を整え、手洗いやうがい等の予防をしっかり行いましょう。
11月はハツ田っ子発表会や50周年記念式典があります。心も体も元気な状態で
むか 迎えることができるようになります♪

11月8日は「いい歯」の日

11月8日は、1(い)1(い)8(は)でいい歯の日です。歯は一生使う大切なものです。おじいちゃん、おばあちゃんになっても、自分の歯で噛んで食べることができるように、今のうちから気を付けましょう！

は 齒の健康習慣 いくつできているかな？



よく噛んで食べる
唾液は歯のガードマン



寝ている間に増える歯垢
寝る前の歯みがきが大事

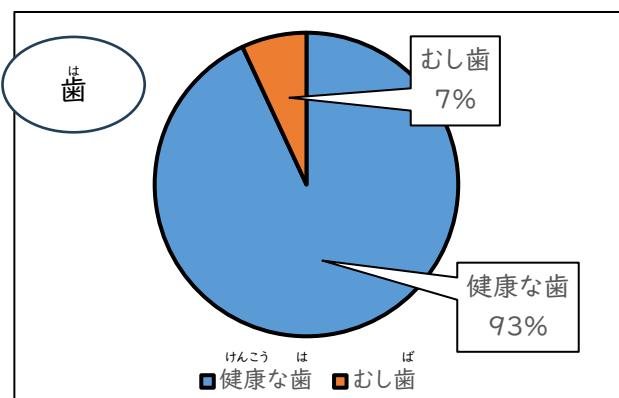
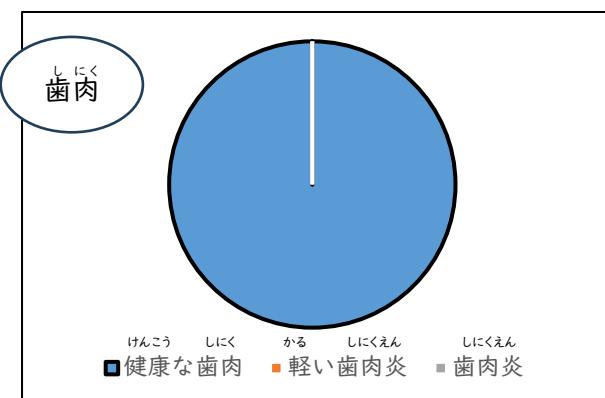


歯間ブラシやフロスも使って
歯と歯の間もきれいに



定期的に歯科医院で
歯の健康チェック！

【ハツ田っ子の歯の健康状態は…?】



ハツ田っ子のむし歯保有率はとっても低いです
(R6年度知立市内小学生むし歯保有率18.8%)

毎日しっかり歯みがきしたり、定期的に歯医者さんへ通っている人が多い証拠
そしてなんと歯肉炎の人は0人！！

歯科検診の時に学校歯科医の柳本先生に聞いたところ、軽い歯肉炎になりそうなあやしい
人は何人かいたみたい…。歯だけでなく、歯と歯肉(歯ぐき)の境目もしっかりみがこう！



環境衛生検査を行いました



9月30日に環境衛生検査を行いました。教室の空気や明るさ、騒音（うるささ）などを調べる検査です。年に2回、学校薬剤師さんが調べてくれます。今回は1年2組の教室で行いました。検査の結果は全て合格落着いて勉強に取り組める環境です！

二酸化炭素濃度を調べています。これからいろんな感染症が流行する季節です。廊下側と中庭側の窓を両方開けて、教室の空気が入れ替わるようにしてくださいね！

朝のかけ足がはじまります



朝おうちに人と一緒にチェックしよう

- 咳、鼻水、のどの痛みなどの風邪症状はないかな？
- お腹の痛みや気持ち悪さはないかな？
- いつも通りの食欲があるかな？
- 足の痛みやけがをしているところはないかな？



一つでも症状がある場合やいつもと体調が違う場合は無理をせず、見学しましょう。
(おうちに人から担任の先生に連絡をしてもらってください。)



元気に運動できるように
「早ね早起き朝ごはん」
せいかつ ととの
生活リズムを整えよう！

保護者の方へ

◆10月31日（金）にかけ足・マラソン大会の事前健康調査を配付しました。

11月7日（金）までにお配りした封筒に入れて提出してください。

◆かけ足運動が始まります。毎朝のお子さんの健康状態のチェックをお願いします。

いつもと様子が違う場合は、見学またはご家庭でゆっくり休んでください。

◆感染症が流行し始める時期です。

学校感染症に定められた疾病にかかった場合は出校許可証明書が必要になります。

インフルエンザ・新型コロナウィルス感染症 → 保護者が記入する（用紙はHPにあります。）

他の感染症 → 医療機関で記入してもらう

不明な点がありましたら、養護教諭までご連絡ください。

