



～ げんきなこころ げんきなからだ ～

### 12月の保健目標

寒さに負けず

運動しよう

いい歯の日の取組が終わりました。お家で歯っぴーファイルを見ながら染め出しをしたり、授業で歯について学んだりしましたね。歯の健康についてしっかり考えることは出来ましたか？ 一生使う大人の歯が生えてきています。毎日丁寧に歯みがきをして、歯を大切に使っていきたいですね。

本校でもインフルエンザが流行しています。だんだんと寒さが厳しくなっていますが、寒さ対策と感染対策をしっかりとして、元気な体で学校生活を送れるようにしていきましょう。

カゼに負けない！ あいうえお

**あ** たためる時は  
運動で  
体の中から

**う** イルスは  
こまめな換気で  
追い出して

**い** えに帰ったら  
石けんで  
手を洗おう

**お** やすみなさい  
早めに眠って  
疲れをとろう

**え** いようバランス  
心がけた食事  
丈夫な体作り

**冬** はカゼをひきやすい季節。元気に過ごすためにも、この「あいうえお」を守って生活してくださいね。

朝の登校時間がかかなり寒くなってきています。重ね着などを上手にして、温かい服装で登校するようにしてください。また汗を吸収してくれたり、温かさを保ったりする肌着もあります。いきなり服を着るのではなく、一枚肌着を着るようにしてくださいね。

### 保護者の皆様へ

#### むし歯治療状況

治療した人数

**33/44**

治療率

**75%**

11月29日現在

いい歯の日の取組にご協力いただき、ありがとうございました。よい機会ですので、お子さんの歯みがきがしっかりとできているか確認していただければと思います。また、仕上げ磨きも小学校3年生くらいまではお子さんとのコミュニケーションも兼ねて、是非してあげてください。

まだ受診がお済みでないご家庭には個人面談で再度、受診勧告をお渡ししてお話する時間をいただいています。むし歯は放置していても治りませんし、乳歯だからよいというわけではなく永久歯にも大きな影響を及ぼします。お子さんの歯と口の健康のため、受診をお願いいたします。