

ほけんだより 11月

吉原小学校 保健室

R5.11.6 中本舞香

ほけんもくひょう
~11月の保健目標~

しせい
姿勢をたたくしよ

感動☆の運動会が終わり、日常の学校生活が戻ってきました。11月は修学旅行や秋みつけなど、楽しいことがたくさんですね。今月も元気に過ごして、いっぱい遊んで勉強して、秋を楽しみましょう！！



わるい姿勢を続けていると…

- 目がわるくなってしまう
- 内臓(胃やおなか、腸)のはたらきがわるくなる
- 肩こり、腰のいたみ
- せぼねが曲がる



とっても美しいバレエ団の方々は、“姿勢”が、とてもきれいでしたね～！！

き しにくえん
気をつけよう！ 歯肉炎

11月18日は「いい歯の日」



くち お口の中の病気で1番おおいのは“歯肉炎”！
歯肉炎は、10代くらいから増えはじめます。

けんこう しにく
健康な歯肉



しにくえん
歯肉炎

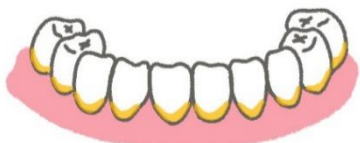


(画像)日本学校歯科医師会より

☆とくに気をつけてみがきましょう



は は あいだ
歯と歯の間



は は さかいめ
歯と歯ぐきの境目



おくは
奥歯のみぞ



はなら わる
歯並びの悪いところ

11月は

は げっかん
歯～がんにゅう月間

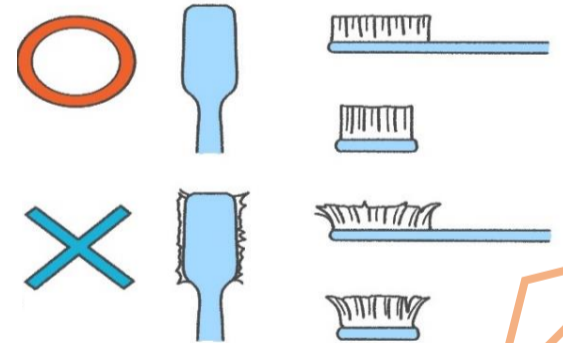
です！

ほけんしつ
保健室からのお知らせ

11月15日(水)は、親子給食の日です。とってもおいしい給食を、たのしみにしてください！メニューは【ゆしどうふ・もずく丼・あべかわ芋】です。歯みがきの時間に使っている歯ブラシのチェックもお願いします。

CHECK

毛先がひろがったものは、よごれが60%しか落ちません！



ほけんしつのもど

あんぜんてんけん

みんなで?!安全点検♪

せんげつ かびら 先月、川平のおまわりさんと一緒に通学路の点検をしました。気づいたら子どもたちも増えていて、危険なところはないか確認しました。安全第一！！

