すこやか11月号

令和7年10月30日 長崎小学校 保健室

今月の保健目標

かぜやインフルエンザを予防しよう



朝起きた時に肌寒さを感じるようになりました。冬の訪れを感じますね。寒さに負けず健康に過ごすために、手洗いやうがい、崚エチケット、草寝草起きなど類剣正しい生活を心がけましょう。



| |月の保健行事

日	曜	項目	対象	時間	備考
5	水	脊柱側わん検診	5年生+抽出児	10:30~	体育着・理科室
1 2	水	就学時健診	来年度入学予定者	13:15~	児童は土曜時程4時間、給食あり

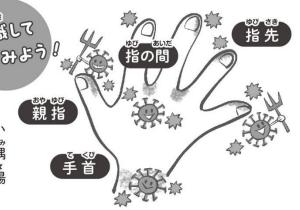


保護者の方へ

- ・インフルエンザが流行しております。感染した場合は、発症後5日を経過し、かつ解熱後2日経過するまで出席停止となります。発熱症状等ありましたら、医療機関を受診していただき、結果を学校までご報告ください。(インフルエンザに関しましては、登校許可書の提出は不要です。)
- ・10月の「歯みがきカード」ご協力いただきありがとうございました。<u>次回の「歯みがきカード」は、11月4日(火)~9日(日)に行います。提出日は10日(月)です。</u>秋の歯科健診で治療が必要と診断されたお子様で受診がお済みでない方は、できるだけ早く専門医にご相談することをお勧めします。また、「受診報告書」は担任をとおし保健室へご提出くださいますようお願いいたします。



風邪が流行り始める時期になりました。手洗い がかは を頑張ってくれている人も多いと思いますが、隅 ずみ 々までできていますか? 実は洗い残しが多い場 」。 所があるんです。









両手を合わせて、よくこする

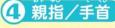


満手を組むようにして、よくこする





片方の手の平にあてて、よくこする





片方の手でつかんで、ねじるようにする

手を洗った後は、きれいなハンカチで手をふきましょう