

ほけんだより 11月

2016,11
新条小学校 保健室

11月8日は『いい歯の日』！！ あなたはきちんとみがけてる??

歯のよごれである「しこう」がたまと、むし歯のげんいんになります。
「しこう」は歯みがきしないととれません！「しこう」のとれにくい場所は、とくに注意して歯みがきしてね☆



●かぜクイズ● 正しいのはどれかな？

問1、1回のせきで飛ぶウィルスのは数は？

- ① 10こ ② 1000こ ③ 10万こ

問2、せきをすると、ウィルスは何メートル先まで飛ぶ？

- ① 3m ② 5m ③ 10m

ちなみに、くしゃみのときは5m飛ぶよ！



クイズの答え 問1・・・③ 問2・・・①

すっかり秋になりました。インフルエンザやおたふくかぜなどにならないよう、**早**ね・**早**おき、手^てあらい・うがい^{こころ}を心がけてください。

11月の保健目標は「しせい^{ただ}を正しくしよう」です！勉強^{べんきょう}するとき、ごはん^たを食べるとき・・・せなかが **ま**がっていませんか??

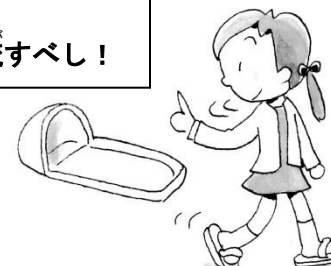
インフルエンザ 予防接種について

よほうせっしゅ^う予防接種を受けることで、インフルエンザにかかりにくかったり、かかっても軽い^{かる}症状^{しょうじょう}ですむという効果^{こうか}があります。効果がでるまで2週間^{しゅうかん}ほどかかります。流行^{りゅうこう}する前^{まえ}にぜひ受けてくださいね。

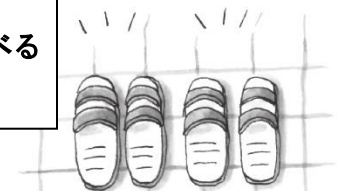
11月10日は「いいトイレの日」

☆ピカピカのために守りたい3つの約束☆

その1
しっかり流すべし！



その2
スリッパはならべるべし！



その2
よごれたところは、自分でキレイにすべし！



自分^{じぶん}や、まわり^{ひと}の人がいつでも気持ちよくつかえるように
ひとりひとりが、こころがけてくださいね☆