

保健だより

冬休み号

令和5年12月22日 志木第二小学校 ほけんしつ

2学期も終わり、いよいよ冬休みがやってきますね。今年の自分のケガや体調をふりかえり、来年も健康に過ごしていけるようにしましょう。3学期みなさんと元気に会えることを楽しみにしています。体調に気を付けて寒い冬を乗り越えましょう。

保健室から冬休みの宿題

今年度の冬休みは「歯垢染め出し」にとりくみましょう！

- ① 歯っぴーファイルのP1～4を読み、歯の仕組みや歯みがきについて知る。
- ② 普段通り歯みがきを行った後、カラーテスター錠を口に入れ、噛み砕いて歯全体につくように舌で広げる。（抵抗がある場合は使わなくて良い）
- ③ ブクブクうがいを1、2回する。
- ④ 赤く染まったところを歯っぴーファイルの自分の学年のページに記入（色をぬる）する。
- ⑤ 赤く染まったところをきれいにするには、どうみがけばよいかを考え、鏡を見ながらみがいてみる。
- ⑥ 2～6年生は歯っぴーファイルに感想を記入するところがあるため、感想を書く。

※染め出しに抵抗があり、使用しなかった場合、歯っぴーファイルのP1～4を読んだ感想を書いてください。

※歯っぴーファイルは回収後、保健室での保管となります。

歯っぴーファイル提出日：1月9日 始業式

1月の保健行事予定

日にち	内容	該当学年
1月11日（木）	発育測定	4年生・6年生
1月12日（金）	助産師さんによる「人の誕生」の授業 埼玉県助産師会朝霞地区 松本宏美さん	5年生
1月16日（火）	発育測定	たんぼぼ・1年生・5年生
1月17日（水）	発育測定	2年生・3年生



3学期の始めに身長と体重を計測する発育測定を行います。より正しく計測するために、当日はポニーテールなど、頭の上や後ろにゴムが来るような結い方は避けていただきますようお願いいたします。時間割の都合上、日にちが前後する可能性もございます。また、当日欠席者は、登校してきたタイミングで個別に計測します。

2学期の保健室利用状況

12月8日現在

病気：157件

・8月 →0件
・9月 →37件
・10月 →22件
・11月 →63件
・12月 →35件

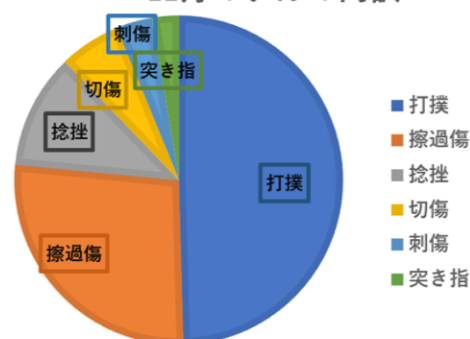


けが：337件

・8月 →8件
・9月 →86件
・10月 →90件
・11月 →125件
・12月 →28件



11月のケガの内訳



11月はケガの来室が目立ちました。また廊下や階段、ロータリーなど、走ってはいけないところでの転倒や衝突が多くありました。落ち着いた行動を心がけましょう。体調不良の児童も増えています。引き続き手洗いうがいをしっかりと行いましょう。