



生比奈小学校 保健室 2023年9月20日 NO.5

2学期がスタートし、秋の気配を感じる日も増えてきましたが、まだまだ暑い日が続きます。県内でもいろいろな感染症が流行しています。引き続き、石けんでの手洗いや換気、そして、「早ね・早起き・朝ごはん」で規則正しい生活を続けて、元気に過ごしていきましょう！
夏休みにみなさんが取り組んでくれた、『健康チェックカード』が保健室に届きました。今、一人一人のカードをじっくりと見させてもらっています。来月号で集計したものをお届けしようと思っていますので、待っていてください。

引き続き次のものを準備してきてください！

- ☆水筒・・・十分な量を必ず持ってくる
- ☆帽子・・・外へ出る時はかぶる
(あせをかいているのでこまめに洗たくをしましょう)
- ☆タオル・・・ハンカチとは別にあせふき用も準備

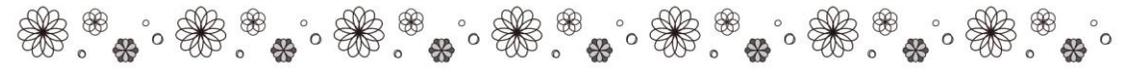


★おねがい★

- ハンカチがない人がいます。前の日にランドセルの準備をする時、一緒に用意しよう。
- 持って来ている飲み物がなくなったら、熱中症予防のため、職員室でペットボトルのお茶を渡しています。もらった人は、ペットボトルのお茶を学校へ返してください。

いろいろなウイルスに負けないためにできることを続けていこう！

- 石けんで手洗いをする(消毒)
- 毎朝、体温そくていをする
- 大声でつばをとばさないようにする
- 換気をする
- きそく正しい生活をする



10月の予定 保護者の皆様へ

身体測定・視力検査のお知らせ
体操服の準備をお願いします。
9月28日(木) 4・6年生
9月29日(金) 2・3年生
10月2日(月) 1・5年生
*授業等の都合により、変更がある場合もあります。



10月 歯科指導があります

上勝町や海陽町等の学校で歯科ブラッシング指導をしている歯科衛生士の北詰典子さんが次の日程で来てくださいます。
10月4日(水) 1・2・3年生
10月11日(水) 4・5年生 *6年生は別の月で行う予定です。



- ☆歯垢染めをする予定です。準備物は、近づいたらお知らせします。
- ☆歯垢染めに使用する染め出し液の成分は次の通りです。

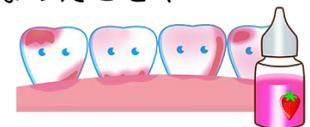
染め出し液(クローバー 氷いちご風味)
成分 キシリトール 水 食用赤色104号 香料

☆歯垢染めは、今回以外も今後、歯科指導で使用する予定です。

<注意>

★次にあてはまる場合、担任までお知らせください

- ・これまでに歯垢染め液を使って気分が悪くなったことや体に合わなかったことがある。
- ・歯列矯正中等で、歯垢染めができない。



*連絡帳等でお伝えください。