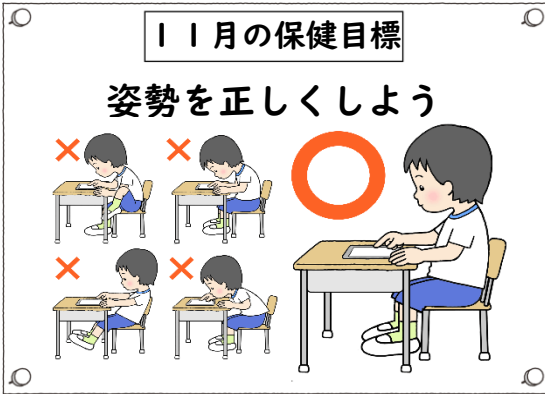


保健だより



令和6年10月31日
所沢市立東中学校
保健室



朝夕の冷え込みがだんだん増して、季節が秋から少しずつ冬に近づいています。日中温かくても、夕方寒くなったり、一日の気温差が大きく、風邪をひきやすい季節です。また、空気も乾燥し、かぜのウイルスが活動しやすくなっています。栄養と休養を十分にとり、風邪に負けない体をつくりましょう。

11月の保健行事予定



日程	予定	備考
10月31日(木)	尿検査容器の配付	★忘れずに持ち帰りましょう！
11月1日(金)	尿検査二次 (一次未提出者・再検査者対象)	朝、登校したら各自職員室前まで持ってきてください。

生徒のみなさん、保護者のみなさまへ



治療はお済みですか？

健康診断が終了してから早いクラスは半年、耳鼻科検診が10月にあったクラスは1カ月ほど経過しました。欠席していて受けられなかった検診がある人や治療のお知らせなどが届いている人は、年内に一度かかりつけの医療機関の受診をお願いします。特に、心電図検査や内科検診で所見があり、お知らせが届いている人は、専門の医療機関の受診をお勧めします。

〈むし歯の治療率(10月末現在)〉

1年生：25.0% ・ 2年生：30.8% ・ 3年生：28.6%

おめでとうございます！



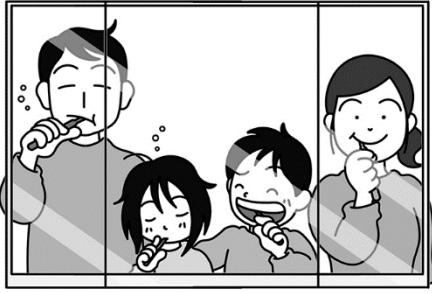
「令和6年度埼玉県歯・口の健康に関する図画・ポスターコンクール」及び「令和6年度埼玉県歯・口の健康啓発標語コンクール」に応募してくれたみなさん、ありがとうございました。

ポスター 【市入賞】 2年5組：五十嵐 愛夢さん

標語 【県入賞】 2年4組：石川 帆菜さん

「むし歯への 道のり断ち切る 歯みがきで」

歯みがきしようよ!



11月8日はいい歯の日

昼休みに保健室で歯を磨いていると、「先生、歯みがきしてる! いいな~」「歯みがきって、していいんですか?」と声をかけられることが度々あります。その度に、「もちろん、していいよ!」「歯ブラシを準備しておいで~」と声をかけています。7組では、毎日昼休みに「歯みがきタイム」を設定し、歯みがきをしています。口腔内の衛生を保つためにも、歳をとってもずっと自分の歯で過ごせるように、学校でも歯にいい習慣をを身につけましょう!