

# みんなのけんこう

きりがおかさとしょうがっこう  
～桐ヶ丘郷小学校 ほけんだより～

第5号  
令和2年12月1日

校長 朝倉 靖雄

主任養護教諭

## 12月の スケジュール



21日(月) 薬物乱用防止教室 6年生

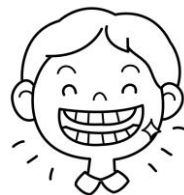
赤羽警察署員のスクールサポーターの方々によるご指導です。薬物乱用防止の話を中心に、たばこやアルコールについても触れた内容になっています。

## 保健目標

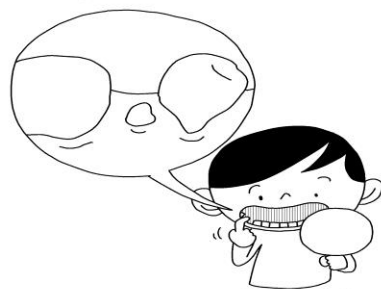
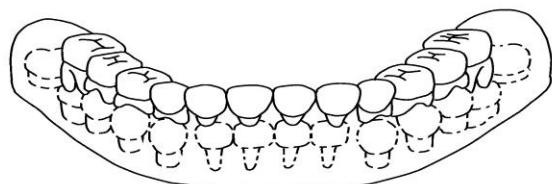
ふゆ げんき  
冬を元気にすごそう

## ○よい歯の表彰について

歯科検診の結果から、学校歯科医の牧野先生・養護教諭・担任の先生で話し合いをして、各クラスに1名ずつよい歯の子を選出しました。選ばれたみなさん、おめでとうございます。一生使う歯をこれからも大切にしてください。



## 「子ども」から「大人」に生えかわる歯



子どもの歯の下(歯ぐきのなか)には、大人の歯がかくれています。体が成長するにつれて、大人の歯も成長し、子どもの歯をおしあげます。おし上げられた子どもの歯がぬけて、立派な大人の歯(永久歯)が顔を出します。ただし、大人の歯の下にはもう別の歯はかくれていないので、毎日歯をすみずみまでみがいて大事にしましょう。

## < 保護者の皆様へ >

### ○出席停止解除届について○

学校で予防すべき感染症(インフルエンザ、はしかなど)にかかった場合は、登校する際に『出席停止解除届』の提出が必要になります。この用紙は保護者が記入するもので、医療機関に記入してもらう必要はありません。また、診断書や証明書の提出は必要ありません。用紙は学校にあります。学校のホームページにも掲載されているので、そちらからダウンロードして家庭で印刷したものを使用していただくことも可能です。

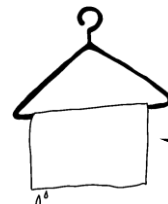
### ○学校保健委員会の中止について○

令和3年2月2日に本校での学校保健委員会を予定していましたが、新型コロナウイルス感染症予防の観点から中止を決定致しました。

## ウイルスに負けない環境をつくろう!

### < お部屋を加湿しよう! >

空気がかわくとウイルスが元気に動くようになります。ぬらしたタオルをお部屋に干したり、加湿器を使ったりして、しつ度を50~60%に保つことが効果的です。



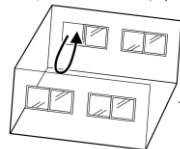
ぬらしたタオル



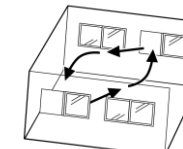
加湿器

### < こまめにかん気をしよう! >

よごれた空気を外に出し、きれいな空気をお部屋の中に入れましょう。窓を開ける時に、向かい側にもとびらがあれば、両方開けて空気の通り道を作ると、きれいな空気がたくさんお部屋に入ってきます。



片側だけ窓を開けた時



両側の窓を開けた時