

しまけんだより

No.8
R 元.10.29
郷内中 保健室

かぜをよせつけない体づくりをしよう

ま
ち
が
い
さ
が
し
☆
全
部
で
7
こ
☆



まずは手洗い・うがい・あさごはん！
せきやくしゃみが出る時はマスクをつけよう。



かぜが流行る季節の前に **カラダの抵抗力UP!!**



しょうじ
バランスのとれた食事



てきど うんどう
適度な運動



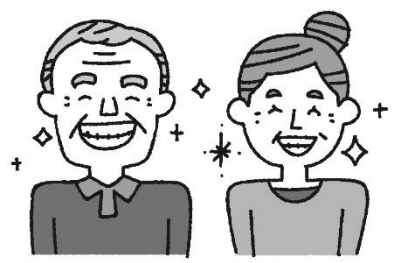
すいみん
じゅうふんな睡眠



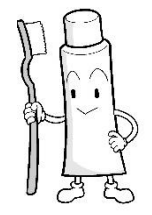
よぼうせつしか
予防接種

11月8日はいい歯の日

はちまるにいまる
めざそう 8020



はみがき週間をおこないます！歯ブラシを持ってこよう★
11月5日（火）～8日（金）の期間、8020の音楽を流します！
保健委員を中心に、みんなで声をかけあってはみがきをしよう！



歯周病をふせごう！歯周チェック

《健康な状態》	《歯周病かも》
<p>歯肉は</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 薄いピンクの色 <input type="checkbox"/> 三角形に見える <input type="checkbox"/> 引き締ま、といて硬い 	<p>歯肉は</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 赤、白い色をしている <input type="checkbox"/> 丸みがあってぷよぷよしている <input type="checkbox"/> 歯と歯肉の間にプラークがたまっている

～ 保護者の方へ ～ 秋の視力検査をおこないます
春の検査で病院受診をしていない生徒を対象に、10月下旬～11月上旬にかけて、
もう一度視力検査をおこなっています。（一部すでに終えた生徒もいます。）
B以下の視力だった生徒には、再度、お知らせの用紙を発行します。
受診のお知らせの用紙を受け取った場合は、ぜひこの機会に眼科受診をしてください。
お子様の目の健康のため、ご家庭でのご協力をよろしくお願いいたします。

