



令和5年11月14日
東野小学校
保健室

11月に入り、朝と夜が寒くなってきましたね。大崎上島ではインフルエンザが出ており、東野小学校でも、せきやのどのいたみなど体調をくずす人がふえています。病気から自分の体を守るように手洗い・うがい・マスクを着けるなど感染対策をしっかりとしましょう。

11/8は
いい歯の日!!

は 歯みがきパトロール隊

みがきのこしをさがせ!!

② **は 歯と歯ぐきの間**
は 歯ブラシを 45°の角度で当てるときれいにみがけるよ!

① **かみ合わせのところ**
は 歯ブラシをいろんな方向から当てて1本1本ていねいにみがこう!

③ **は 歯と歯の間**
は 歯ブラシの毛先を使ってみがこう。フロスも使うとさらにきれいになるよ!

④ **まえ 前歯のうらがわ**
う 上は歯ブラシをたてに入れよう。下は歯ブラシのかかとを使ってみがくといいね。

「よくかむこと」 の 8大効果



ひ
み
こ
の
は
が
い
ぜ

ひまん予防



みかく味覚のはったつ

ことば 発音ははっきり



のうのはったつ

は 歯の病気予防



ガン予防



い 胃が元気



ぜんりよくとうきゅう 全力投球



保護者の皆様へお願い

いつもお世話になっております。保護者の皆様へ何点かお願いがあります。ご協力お願いいたします。

○視力検査結果について

10/18.19に行った視力検査の結果をお配りしています。視力の低下がみられたお子様は眼科の受診をお願いいたします。受診された方は報告書のご提出をよろしく願います。

○置きマスクの持参について

置きマスクを持たせてください。
給食当番の時に忘れてもらいに来る人が多いです…当番の週だと毎日使用するので、数枚置いておくと安心です!

