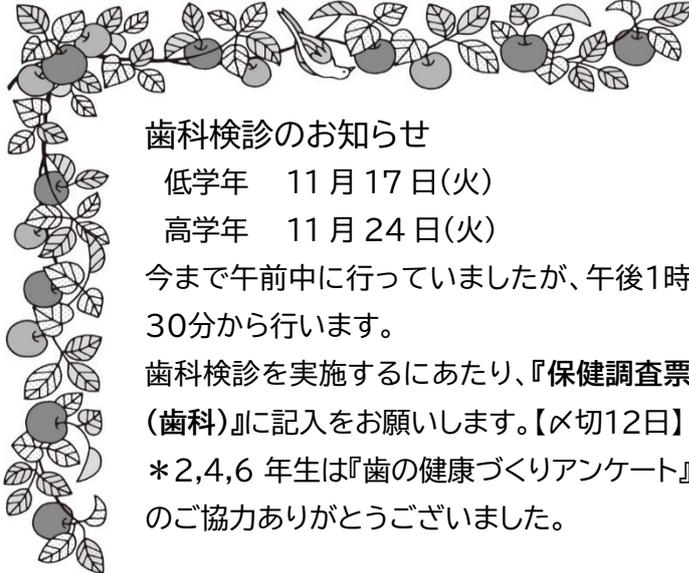


ほけんだより



令和2年11月6日
有田市立初島小学校
保健室



歯科検診のお知らせ

低学年 11月17日(火)

高学年 11月24日(火)

今まで午前中に行っていましたが、午後1時30分から行います。

歯科検診を実施するにあたり、『保健調査票(歯科)』に記入をお願いします。【×切12日】
*2,4,6年生は『歯の健康づくりアンケート』のご協力ありがとうございました。

歯科検診で使う歯の記号

C……むし歯

CO……むし歯になりそうな歯

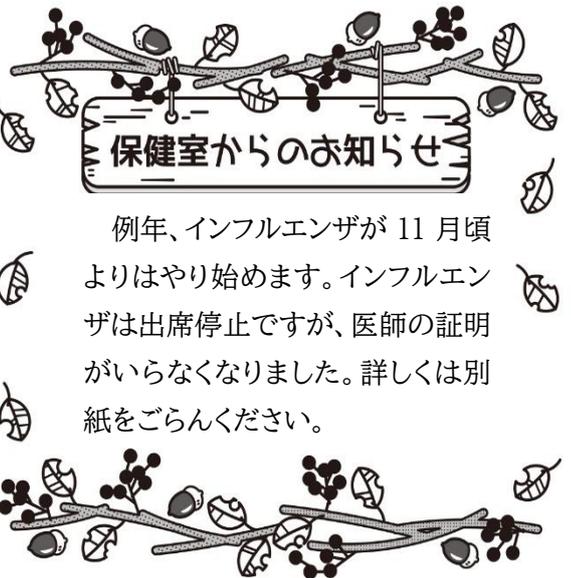
×……ぬいたほうがよい乳歯

ABCD……乳歯(こどもの歯)

123456……永久歯(おとなの歯)

他に、歯列1・2や歯垢1・2などがあります。

歯医者さんは
何と言っている
か聞いてみよう



保健室からのお知らせ

例年、インフルエンザが11月頃よりはやり始めます。インフルエンザは出席停止ですが、医師の証明がいらなくなりました。詳しくは別紙をごらんください。

学校での歯みがきのやり方は、まもっていますか？



もうすぐ社会見学。バスに乗ります。

乗り物酔いから目を覚ましたら、さっさと寝よう。



乗り物酔い

前日

しっかり睡眠をとる。睡眠不足だと酔いやすくなります。



当日朝

朝ごはんは腹八分目。満腹すぎても空腹すぎてもダメ。



乗車前

30分前に酔い止めの薬を飲んでおきましょう。



乗車中

エチケット袋はすぐに取り出せるところに。眠ってしまえば酔わずに済みます。不安が乗り物酔いを引き起こすこともあるので、「酔わない!」と思うことも大事。

酔ってしまったら…
衣服を緩めて遠くの景色を眺めます。



エチケット袋

ビニール袋と紙袋を重ねておくと漏れない・見えないので◎

