

令和8年1月29日 田鶴小学校 保健室

新しい年の始まりに何か目標をたてましたか。どんな目標も、がんばりの積み重ねが大切です。その土台となるのは元気な体と心。健康の目標も立ててみてはいかがでしょうか。今年もみんなが元気で過ごせますように。

感染症が流行っています

手洗いで
感染症予防

インフルエンザは一度かかって、A型・B型がありA型にも種類があって変異するため、もうかからないと安心せず、感染対策を続けましょう。

インフルエンザ

登校できるの？



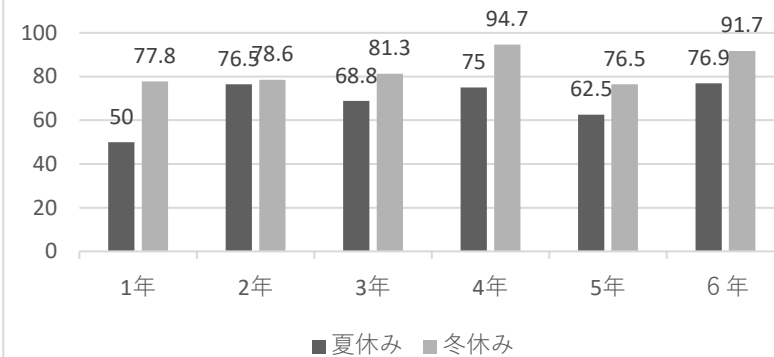
0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目
発症 (発熱)	解熱	1日目	2日目			登校OK		
	解熱	1日目	2日目			登校OK		
	解熱	1日目	2日目			登校OK		
	解熱	1日目	2日目			登校OK		
	解熱	1日目	2日目			登校OK		

もしインフルエンザにかかってしまったら、ゆっくり休んで出席停止期間を守ってください。

冬休みはみがきカレンダー

冬休みの歯みがきは、「昼にみがけなかった」という反省が多かったです。出かけていて、歯みがきができない時もあるかと思いますが、家にいる時は、昼ごはんのあとは歯みがきをしましょう。

夜の歯みがきを毎日した人 (%)



どの学年も、夏休みより冬休みの方が夜に毎日みがいた人が増えていて良かったです。夏休みは37日でしたが、冬休みは14日と短かったからがんばれたのかもしれないね。これからも歯みがきを続けてください。



職員室前の廊下に、がんばって歯をみがいて、きれいに色をぬっている人の歯みがきカレンダーをはっています。見てね。

反省・感想

- 1年 きょねんはむしばにならなかったから、ことしもむしばにならないようにがんばる。(女子)
- 2年 昼ははをみがけてないけど、はみがきカレンダーがあったから、はみがきをわすれないで、はを毎日みがくことができました。(女子)
- 3年 毎日かかさず歯みがきをしてカレンダーをうめることで目ひょうにたどりつけたのがとてもうれしいです。(女子)
- 冬休みはみがきをがんばりました。冬休みあっというまでした。(女子)
- 4年 今年はせんぶできたから、つづきたいです。(男子)
- 歯を1こ1こていねいにみがきたい。(男子)
- 5年 おくもみがけた。(男子)
- 夏休みよりみがけた。(男子)
- 6年 いつもよりかはみがけました。だけど昼がぬれていないところがあるので、これからは気を付けたいです。(女子)
- 冬休み中は、毎日歯みがき出来て良かったです。(女子)

