

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。今年もみんなが元気で過ごせますように。



インフルエンザは一度かかっても、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。

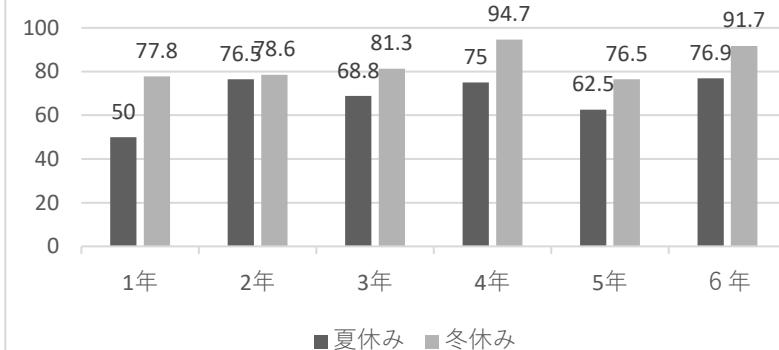


もしインフルエンザにかかってしまったら、ゆっくり休んで出席停止期間を守ってください。

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 (%)



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

- きよねんはむしばにならなかつたから、ことしもむしばにならないようにがんばる。(女子)
- ひる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、はをまいにち毎日みがくことができました。(女子)
- まいにち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自ひょうにたどりつけたのがとてもうれしいです。(女子)
- ふゆやす冬休みはみがきをがんばりました。ひる休みあつというまでした。(女子)
- こどし今年はせんぶできたから、つづけたいです。(男子)
- は歯を1こ1こていねいにみがきたい。(男子)
- おくもみがけた。(男子)
- なつやす夏休みよりみがけた。(男子)
- いつもよりかはみがけました。だけどひるがぬれていないところがあるので、これからは気をつけたいです。(女子)
- ふゆやすまいにちは冬休み中は、毎日歯みがき出来てよかったです。(女子)

