



ほけんだよい12月

令和6年12月2日(月)

金子小学校 保健室
No. 12

もうすぐ待ちに待った冬休みですね。

冬休みは、クリスマスやお正月と楽しい行事がいっぱいですね。

規則正しい生活(食事・運動・睡眠)を心がけ寒い冬でも元気に過ごしましょう。そして、3学期に元気な姿でお会いしましょう！！



ふゆやす きそくただ せいかつ
『冬休みも規則正しい生活を！！』

 冬休みも、学校に行く日と同じ時間に起きよう。	 むし歯などの治療は、休み中にすませよう。	 ごちそうの食べすぎに気を付けよう。
 朝・昼・夜、好ききらいせずバランスよく食べよう。	 てあら 手洗いをていねいにしよう。 トイレの後・食事の前・そうじの後 外から帰ってきたとき	 家の手伝いを進んでしよう。
ふゆやす げんき 冬休みも元気にすごそう！		
 からだを積極的に動かそう。	 メディア利用は時間を決めて使おう。家族で決めたルールを守ろう。	 一日三回、わすれず歯みがきをしよう。

きちんと守って健康に過ごしましょう！！ 😊

※うちのひとと読みましょう



12月1日(金)は世界エイズデー



世界エイズデーとは、WHO(世界保健機関)が、世界的レベルでのエイズまん延防止と患者・感染者に対する差別・偏見の解消を図ることを目的として、12月1日を「World AIDS Day」(世界エイズデー)と定めています。日本でも、12月1日を中心にエイズに関する正しい知識等についての啓発活動を推進しています。

エイズってどんな病気なの？

エイズ (AIDS)
Acquired Immuno deficiency Syndrome
(後天性免疫不全症候群)

HIV (ヒト免疫不全ウイルス) に感染して起こる病気で、感染すると病原体などから身体を守る「免疫」の働きがなくなり、いろいろな病気にかかりやすくなる。



【保健室より】

★第2回すこやか委員会(薬物乱用防止教育) 12月17日(火)13:45~14:30
講堂にて...6年生も参加します。PTA役員の多くのご参加お待ちしております。

★学校歯科医 大槻智子先生によるブラッシング指導 12月18日(水)2・3校時6年生

※『冬休みの過ごし方について』を配布しますので、参考にしてください。

※冬休みの宿題「歯みがきカレンダー」があります。を担任の先生に

1月8日(水)に提出してください。



【保護者様】

～ご協力をお願い～

健康診断結果により治療が必要でお済みでない場合は、病院受診のご協力をお願いいたします。

治療が終わりましたら、治療済みの記載のある治療勧告書のご提出をお願いいたします。

※**歯科の未治療児童へ再通知しました。**