

# ほけんだより12月

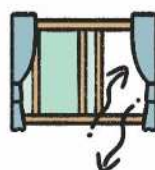
泉小学校保健室  
令和7年12月9日  
No.12

今年も残り少なくなりました。もうすぐ冬休みに入りますね。市内ではインフルエンザが流行しており、泉小でも3年生が学級閉鎖となりました。今週、保健委員が「手洗い・換気パトロール」で各クラスのチェックをしてくれています。チェック週間が終わっても、手洗い、換気を続けて予防していきましょう。

## きちんと手あらいできているかな？



## しっかり感染予防！



かんき  
換気



ぐあい わる やす  
具合が悪いときは休む



つよ からだ  
強い体づくり



こまめな手洗い



うがい



せき 咳にはマスク

## 秋季歯科検診を終えて

11月下旬に秋季歯科検診がありました。春の歯科検診と比べて、良くなっていたでしょうか？学校歯科医の久田先生が、「毎日の歯みがきが、やはり一番大切です」と話していました。毎日みがいていても、ていねいにみがけていなかったら、効果は半減してしまいます。久田先生から、歯の汚れがチェックできるはみがき粉を教えてもらいましたので紹介します。



歯垢の染め出しと歯みがきを、同時に行うことができます。いろいろな商品が市販されているので、参考にしてください。  
※学校、学校医からお勧めしているものではありません。あくまで紹介ということでご理解をお願いします。



冬休みも健康・安全に気をつけて過ごしてください。年末年始ならではの体験が、いろいろできるとよいですね。年明けに元気に会いましょう！

