

ほけんだよい

令和6年12月16日
北方町立南学園
保健室 No. 8



12・1月の保健目標

「感染症を予防しよう！」



感染症流行の季節がやってきました。元気に学校生活を送れるように、できるかぎり予防に努めましょう！

てあら うた て あら
手洗いの歌にのせて、きれいに手を洗いましょう！



「あわあわ手洗いの歌」を知っていますか。
歌の歌詞に合わせて手を洗うと、手についたウイルスをしっかりと落とすことができますよ。自分やお友達の健康を守るために、真似して洗えるといいですね！

「あわあわ手洗いの歌」
ここから見れるよ！



♪ おねがい



てのひらをあわせる

♪ カメさん



りょうて かさ
両手を重ねる

♪ おやま



ゆび ゆび
指と指をくむ

♪ おおかみ



つめをたてる

♪ バイク



おやゆび つね
親指を付け根からにぎる

♪ つかまえた



てくび
手首をにぎる

さいごは、じぶんの
ハンカチでふいてね。



10秒以上すすぐ

かんきょうせいせいかつどう ゆうしゅうかつどうこう
環境衛生活動「優秀活動校シール」をいただきました！

みなさんが、安全で快適な環境で生活を送れるよう、学校では学校薬剤師さんにご指導をいただきながら、環境衛生の維持に努めています。

校内で、白衣を着た学校薬剤師さんの姿を見かけたことはありませんか。みなさんが飲む水、プールの管理、教室の空気・騒音などなど、たくさんの検査をして環境の管理をしてくださっています。これらの検査が適切に実施されていることが認められ、岐阜県薬剤師会から「優秀活動校シール」をいただきました。みなさんの生活を色々な方が支えてくださっていることに感謝して、生活できるといいですね！



は しどう おこな 歯みがき指導を行いました！

せんげつ、1ねんせいと4ねんせいを対象に、しつかえいせいしとところせんせいを講師としてお招きし、は歯みがき指導を行いました。1ねんせいでは、いちばんおくは第一大臼歯の上手なみがき方について、4ねんせいでは、むし歯や歯肉炎について教えていただきました。また、どちらの学年でもブラークテストを行い、どうやってみがくときれいになるかを考えることができました。みなさんの様子を紹介します。

1年生

みなさんのふりかえり

おうさまみがきがむずかしかったけれど、できるようになりました！

ばいきんがきたなくしないようにがんばってみがきました。これからがんばります！



ほごしやから
保護者の方から

じゆぎょうのあとは、じぶんですすんではみがきをしていました。今まではてきとうにすませていたけれど、かがみ鏡の前に立ち、みがけているか確認しながらみがくことも多くなりました。

おくば奥歯までていねいにみがけるようになってきたね。しあげみがきも忘れずに自分から声をかけてくれるようになったね。これからも毎日続けよう！

4年生



みなさんのふりかえり

みがき残しを0にするのはむずかしいけれど、できるだけなくせるようにこれからはもっとていねいにみがきたいです。

こちょこちょみがきをいしきしてできたし、は歯ブラシの向きをかえながらみがき残しがあったところをていねいにみがくことができました。これからも続けていきたいです。

むし歯になった歯はもとに戻すことはできません。毎日、ていねいにみがくことはたいへんですが、自分ががんばることで大切な歯を守ることができます。これからもみんなで歯みがきを頑張っていきましょう！