

おうちの人と一緒に読みましょう

11月7日は「立冬」とよばれていて、木がらがらふいて木々の葉を落とし、冬の足あとが聞こえ始めます。そろそろ冬支度を始める時期が近づいてきました。

寒くなってくると、かぜやインフルエンザなどの感染症が流行し始めます。西東京市でも、10月に学級閉鎖を行った学校があったり、マイコプラズマ肺炎が流行しました。芝久保小でも、マイコプラズマ肺炎にかかった人が少しずつ出始めています。感染症にかかる前に予防をし、自分の健康を守りましょう。

11月の保健行事

ひつけ 日付	こうもく 項目	たいしょうしゃ 対象者	もものれんらく 持ち物・連絡
にち 1日	しかきょういく 歯科教育	ねんせい 6年生	【連絡】 しかえいせいし 歯科衛生士さんが来校して、歯と口の健康についてお話しをしてくれます。 【持ち物】 手がみ 手鏡
にちか 21日(火)	やくぶつらんようぼうしきょうしつ 薬物乱用防止教室	ねんせい 6年生	【連絡】 くすり 薬についての話を薬剤師さんから聞きます。

保護者の方へ

●治癒証明書について

11月から冬にかけて、感染症が流行し始める時期です。感染症拡大防止の観点から、学校感染症などに罹患し、治癒後に登校する場合、医師による治癒証明書の提出を推奨しておりますが、すべての感染症において義務付けて強制するものではありません。治癒証明書の提出につきましては、学校感染症の種類によって取り扱いが異なりますので、以下をご確認ください。

- | | |
|------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| (1) インフルエンザ | 提出を推奨。 |
| (2) 新型コロナウイルス感染症 | 提出は不要。 |
| (3) 上記以外の感染症 | 治癒証明書または登校届（保護者記入のもの）のどちらかを提出。
※登校届は学校のHPからダウンロードできます。
(学校からお渡しすることもできます。) |

11月8日は「いい歯の日」です！

芝久保小では10月に歯科検診や歯みがき週間、そして歯科教育を実施しました。みなさんは毎日歯をていねいにみがけていますか？歯は一生ものです。年を重ねても、健康な歯を保つことができますよ、ていねいに歯をみがきましょう♪



また、秋の歯科検診でむし歯があった人は、いい歯を保つためにも早めに治療をしましょう。治療をしたら、「結果のお知らせ」を保健室まで提出をお願いします。

みがき残しをなくそう！

しっかりみがいたつもりでも、よごれが取れにくいところがあるよ

みがき残しやすいところ ①

歯と歯のあいだ



歯ブラシの毛先が届くようにみがこう。
それでも届かないところは、デンタルフロスを使うときれいに取れるよ。

みがき残しやすいところ ②

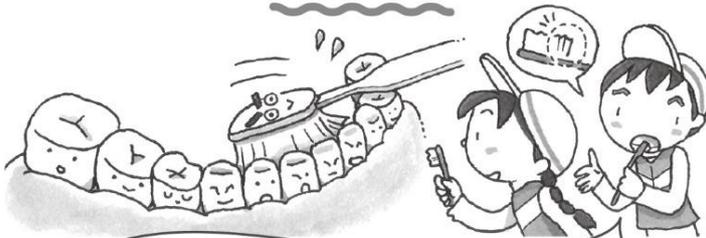
歯と歯ぐきのあいだ



歯と歯ぐきのあいだに汚れがたまると、歯ぐきが腫れる歯周病になるかも。歯ブラシを45度の角度であてると、きれいにみがけるよ。

みがき残しやすいところ ④

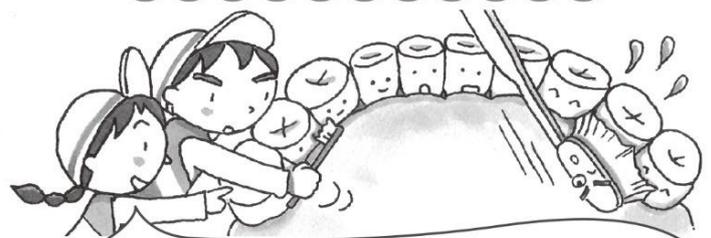
前歯の裏



下の前歯の裏は、歯ブラシのかかとでかき出すようにするといよ。上の前歯の裏は、歯ブラシを縦にして1本1本みがこう。

みがき残しやすいところ ③

奥歯の裏やかみ合わせの溝



奥歯の裏は、歯ブラシを斜めにするとう毛先が届きやすいよ。奥歯のかみ合わせの溝は、歯ブラシを90度にあててていねいにみがこう。