



11 がつ ほけん だより

令和6年11月

西東京市立
田無小学校
保健室

ひび ひ こ たなししょうがつこう たい
日々の冷え込みがきびしくなってきました。田無小学校でも体
ちょう ひと ふ はん げんき あそ
調をくずしている人が増えています。半そでで元気に遊んでいる
ひと きおん たいちょう あ じょうず いふく ちょうせい
人もみかけますが、気温や体調に合わせて上手に衣服の調整をし
てくださいね。



11 がつ 8 には 「いい 歯 の日」

しかえいせいしどう
歯科衛生指導

がつ ねんせい たいしょう しかえいせいしどう
10月に1・3・4・6年生を対象にした歯科衛生指
導 ough おこな しかえいせいし せんせいがた は
導を行いました。歯科衛生士の先生方から、歯につい
て教えていただきました。

- は も かた も
・歯ブラシの持ち方はえんぴつ持ち
- は かげつ かいと か
・歯ブラシは1ヶ月に1回取り替える
- は こま うご
・歯ブラシは細かく動かす



など おし うち
等、たくさんのお話を教えていただきました。ぜひお家
でもやってみてください。



ほけんしつまえ けいじ
保健室前の掲示も
つくりました！

ほけんいいんかい かつどう 保健委員会の活動

ほけんいいんかい は くち けんこう
保健委員会では、「歯と口の健康」というテーマ
かつどう は どうが たなししょう
で活動しました。歯みがきの動画をつくり、田無小
がつこう みな ただ は しかた し
学校の皆さんに正しい歯みがきの仕方についてお知
らせしました。また、1～3年生の教室に行き、歯
しかた し
みがきの仕方についてお知らせしました。



がつ ほけんぎょうじ 11月の保健行事

けんさ モアし検査

たいしょう ねんせい
対象：5年生

にちじ がつ にち すい
日時：11月27日（水）

ふくそう たいいくぎ
服装：体育着



トイレの使い方、あなたは大丈夫？

みなさんは、きれいにトイレを使えていますか？

トイレの点検をしている保健委員さんから、こんな話を聞きました。

「トイレの便座がよごれています！」

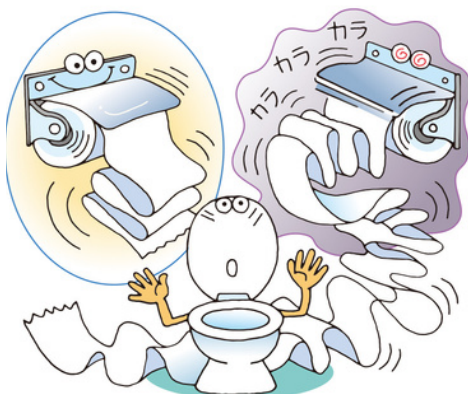
「トイレットペーパーの切れはしが床に落ちています！」

「使い終わったあとの芯がホルダーに付いたままになっています！」

点検してくれている保健委員さんも次にトイレを使う人もとても嫌な気持ちになってしまいます。次に使う人のことを考えて、きれいにトイレを使える人が増えるといいですね。



よご
汚れたらふく



トイレットペーパーは必要な分だけ



お
終わったら必ず流す



11月9日は いい空気の日

換気をして空気を入れ替えると
良いことがたくさん

頭がスッキリする

感染症予防になる

こもった匂いや
湿気がとれる



換気をするときのポイントは
対角線の
窓を開けること



換気をして
新鮮な空気の部屋で過ごしましょう