

ほけんたより11月

2016. 11. 1
大阪市立淀中学校
保健室

〇〇の日 シリーズ

朝晩は本格的に寒くなってきましたね。
日中との温度差が激しいので、朝練で朝早く家を出る人や
塾の帰りで夜遅くなる人は、暖かい服装を心がけましょう。
さて、11月になりました!!
これからの季節は、感染症が流行する季節。
去年の淀中では、感染症の流行は特にみられませんでした。
なので!! 今年も体調管理には十分に気を付けて、
感染症ZERO~♪ を目指しましょう!!



11月8日は

1学期、5月の歯科検診から約半年が経ちました。
治療必要です~! という用紙を渡して、実際に治療に行った人は、
26人!! 少ない!! もしも歯の痛みは歯医者へ行って治療しないと
細菌に治りません。今、痛みがない人はラッキーなだけですよ。
早急に治療へ行きますよ。さて、11月8日は「いい歯」の
日です。毎日、丁寧なブラッシングをしましょうか?
きちんと磨けていないと、むし歯と口臭の原因になりますよ!
丁寧なブラッシングでむし歯 ZERO~♪へ~!!

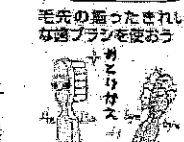
いい歯の日

歯科検診の結果!

2年生が特に治療に行、てません。
おに行、てない人は、早く行きますよ。
1年生はむし歯がある人が多、いです。
丁寧なブラッシングをしましょう。
3年生は、受験の前に必ず、治療をすませよう!

	むし歯ある人	治療をした人(%)
1年	41	13(31.7%)
2年	30	5(16.7%)
3年	33	8(24.2%)
全体	104	26(25%)

いい歯の和歌!



11月にはたくさん〇〇記念日があります。
二ごクイズです! なんの日でしょうか?

- ① 11月9日 ② 11月10日
 - ③ 11月12日 ④ 11月26日
- ヒントは 11月〇〇日
数字のよみがえり
考えましょう!

① 11月9日は換気の日

11(いい) 9(くうき) で換気の日。
かぜの流行を防ぐために、休み時間
には窓を開けて、空気を入れ換えを!!
保健委員さんよろしくお願いします~!!

③ 11月12日は皮膚の日

11(いい) 12(ひふ) の語呂合わせ。
秋から冬は空気が乾燥し、皮膚も乾燥
しやすいので、早めのケアを!!

想いを伝えるということ

私はよく、手紙を書きます。頭では言いた、
とがわかってい、言葉にするのが私には苦
です。想いが溢れて、頭が真、白になる感じが
す。でも手紙は、色々考えたことを、り自分の
ペースで書くことができて、書き直すこともでき
ます。あせって、汚い言葉を書いて、相手も傷
つけることもありません。
だから手紙は私の1つの大切なコミュニケー
ションです。みなさんは「LINEでええやん」と
思いますが、今、何れスマホが発信できる時代。
すぐに友達と連絡が取れ、会話が途切れ、

薬局ではありません

「マスクください。」「痛み止めの薬ください。」
「湿布取り替えてください。」と言って、
保健室へ来る人がいます。
学校での処置は、学校での管理下でケガをして、
病院へ行くまでのあるいは行く必要がない範囲の
応急手当です。
原則として保健室で、できないことをまとめました。
* 継続的な処置はできません。
* 薬はアレルギーや副作用の問題があるため、
学校では用意していません。
* マスクは直接口に触れるものであるために、
用意していません。
マスクは、予防のためという意識は good! ですが、
お家から持って来ると very good! ですな☆

② 11月10日はトイレの日

11(いい) 10(トイレ) で、トイレの日。
1人1人のリビエナに心がけ、気持ちのよい
トイレをつくりま、す。使用の際は、掃除を
する人の気持ちを考、えて使用しま、す。

④ 11月26日はいい風呂の日

11(いい) 26(ふ) の語呂合わせです。
今年はいい風呂の日には柚子を入れて入浴しま、
せんか? 柚子を入れることで、美肌、冷え改善、
なぜ予防の効果が得られま、す。

でも例えば、友達とLINEで、仲直りするとか。
LINEで「おはよう」よりも手紙で「おはよう」の方が、
あったか、いじゃないですか? LINEで「おはよう」よりも手紙で、
「おはよう」の方が、嬉しいんじゃないですか? LINEは便利だ、
が、その気持を伝えるにはLINEで発信する言葉も軽、
くなってしま、うのではないのでしょうか。これはあくまで私の感、
冒の話ですが、多くの人の「手紙の良さ」として、
「思いを伝える」ということに越したことはないと思、
います。でも、手紙で「おはよう」を伝えることは、
手紙で「おはよう」を伝えること、を思い出、てみてくだ、
さい。授業中に書くのはNG行為です!!
お家でも大切に書いてくださ、いましょう~!!