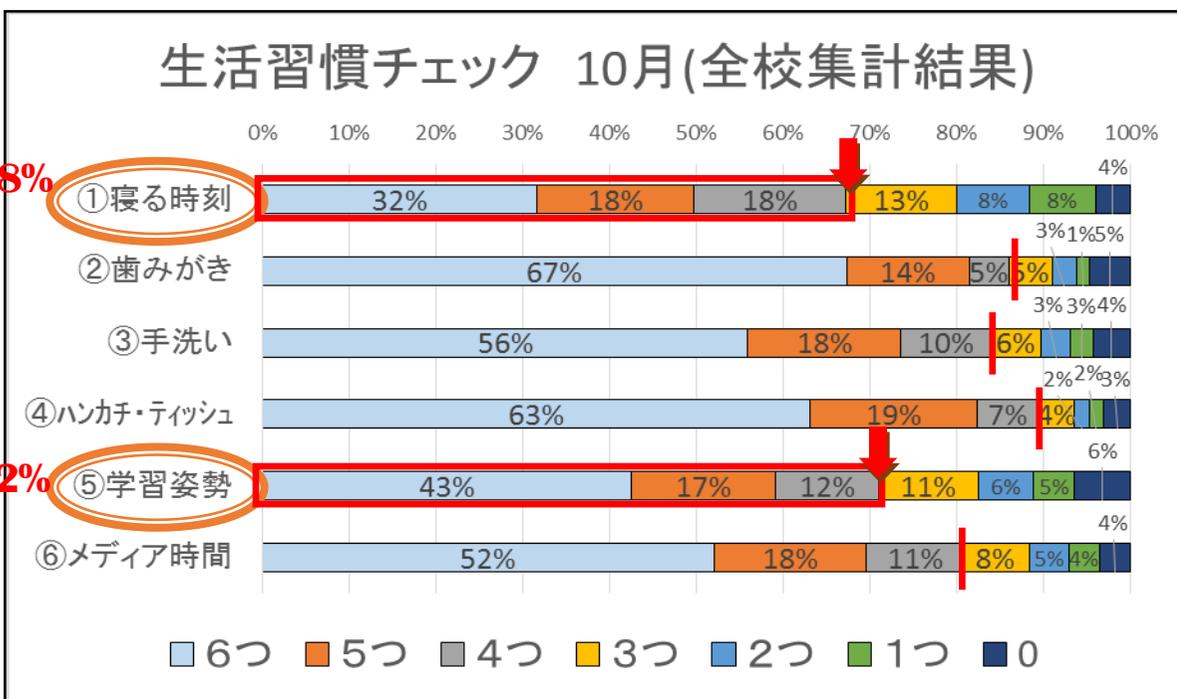


ほげんだよりの月

令和2年11月20日 小松市立稚松小学校 保健室

11月のほけん目標【姿勢を正しくしよう】

10月12日から一週間は「生活習慣チェック週」でした。めあてをもって、取り組めたでしょうか？ 全校の集計結果をお知らせします。



集計結果を見ると、「寝る時刻」「学習姿勢」の習慣項目についての定着がまだ弱いことがわかりますね。0の数か0~3だった人は、+1の心掛けで「生活習慣力」の向上をしていきましょう！チェックシートを一枚一枚確認してみると、「寝る時刻」を守れていない原因に「メディア時間」が関係している人も見受けられました。時間の使い方を考えて、自分で時計を見て行動できる力をつけてほしいです。また、「姿勢」は筋力と深い関係があります。思いっきり外で遊ぶことができないこれからの季節におすすめなのが、「家事のお手伝い」です。自然と色々な動きができるので、筋力アップにぴったりですよ！

歯科検診がありました ~結果のお知らせ~

むし歯のある人は全校で57人(13%)でした。昨年度は62人(14%)だったので、少しむし歯のある人が減った結果となりました。

今年度は、新型コロナウイルス感染症のため、春の検診ができずいました。加えて、学校での給食後の歯みがきも新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から中断中のため、みんなの歯の健康を心配していたのですが・・・結果を見てとてもうれしくなりました！生活習慣チェックの結果からも「歯みがき」が習慣になっていることがわかります。稚松の伝統の「よい歯」をこれからも大切にしていましょ！

むし歯のある人



おうちの方へ

昨年度に続き、今年度も本校児童のむし歯保有率が下がりました。ご家庭での日々の歯みがき習慣、定期的な医療機関への受診(メンテナンス)の結果だと思えます。本当にありがとうございます。口腔内の清潔は感染症予防にもつながりますので、これからもお子さまの口腔ケアにご協力をお願いします。

歯科検診の後、治療が必要なお子さまには治療カードを配付しました。治療が短期間で済むよう、早めの受診をお願いします。

