

# ほけんだより

貝塚市立  
東山小 学 校  
ほけんしつ  
NO.12  
平成25年11月5日

## そろそろ

風が冷たく感じられるようになってきました。木々の葉も赤や黄に色づいて、耳をすませば、冬の足音が聞こえてくるようです。

せきをしたり、鼻水がでていて風邪ぎみの人が増えてきています。こまめにうがいや手あらいをして、かぜウィルスを近づけないようにしましょうね！また、手をあらったあとは持ってきたハンカチで手をふくように心がけましょう。



### 保健室からのお知らせ

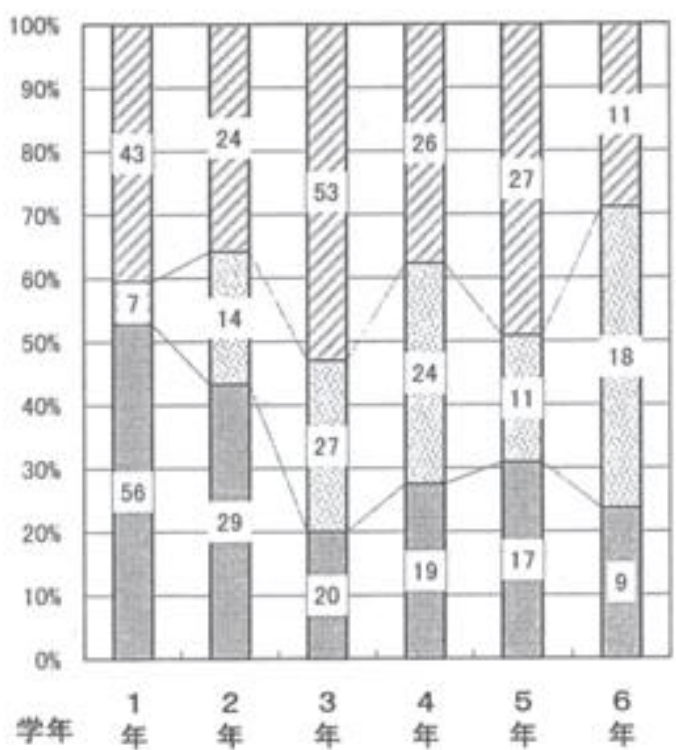
**モアレ検査（背柱そくわん検査）**  
背骨の異常を早く見つけるために、5年生を対象に行われます。  
★日時：11月7日（木）8：50～  
ご家庭でもお子さんの姿勢について気をつけてみてあげてください。

三中校区交流  
三中校区の委員会交流の  
一環として、保健委員会で作った  
「歯についての掲示物」が、木島小・葛城小・三中にまわります！  
まわってきた掲示物は、保健室の  
前に掲示する予定です。  
どんなものがくるか、たのしみに  
していて下さいね！



日本歯科医師会が1993年（平成5年）、11月8日を「い（1）い（1）歯（8）」の語呂合わせで作られました。他にも11月9日「いい空気の日」や、11月10日「いいトイレの日」などがあります。その日に合わせて、健康な生活を見直してみましょう♪

### 2013年度 歯科検診結果より



### きれいで健康ないい歯はこうやってつくる

- 食べたらすくみがく
- 1本1本でいねにみがく
- 毛先のそろった歯ブラシを使う
- 歯垢のつきやすい部分を重点的に

まだ「受診されていないご家庭は、長期休みなどを利用して、また受診してください。受診されたら、お知らせを学校までご提出ください。