

# とほけんだより11月

みさき小学校  
第8号  
R5.11.1

がくしゅうはっぴょうかい ちか がかねん れんしゅう ねつ はい ようす きせつ か  
学習発表会が近づき、どの学年も練習に熱が入っている様子です。ただ、季節の変わ  
り目ということもあり、せきや鼻水などのかぜ症状がある人も増えています。発表会  
当日、練習の成果を出し切れるよう、体調が悪いときは無理をせず、休息も大切にし、  
体調をしっかりと整えてくださいね。

## は きれいに歯みがきしようキャンペーン

11月8日の「いい歯の日」にちなんで、11月6日（月）から「きれいに歯  
みがきしようキャンペーン」を行います。保健委員が朝会で正しい歯みがきの仕方  
を伝えたり、給食後の歯みがきタイムに各クラスを回って歯みがきの様子をチェ  
ックしたりします。きちんとみがけている人には認定証を渡します。みんなでき  
れいに歯みがきできるよう、がんばりましょう！

わたしは保健委員が歯みがきマンに変身して、歯みがきの様子をチェックします！



## ほ しぜん なお むし歯は自然には治りません

しかけんしん ようじゆしん ひと ちりょうりつ みぎ  
歯科健診で要受診となった人の治療率は右  
の表のとおりです。そのままにしてい  
ると、どんどん悪化して、治療するのに時間も  
お金もよけいにかかってしまいます。できる  
だけ早めに歯医者さんで診てもらおうようにし  
ましょう。

## し か ちりょうりつ 歯科治療率

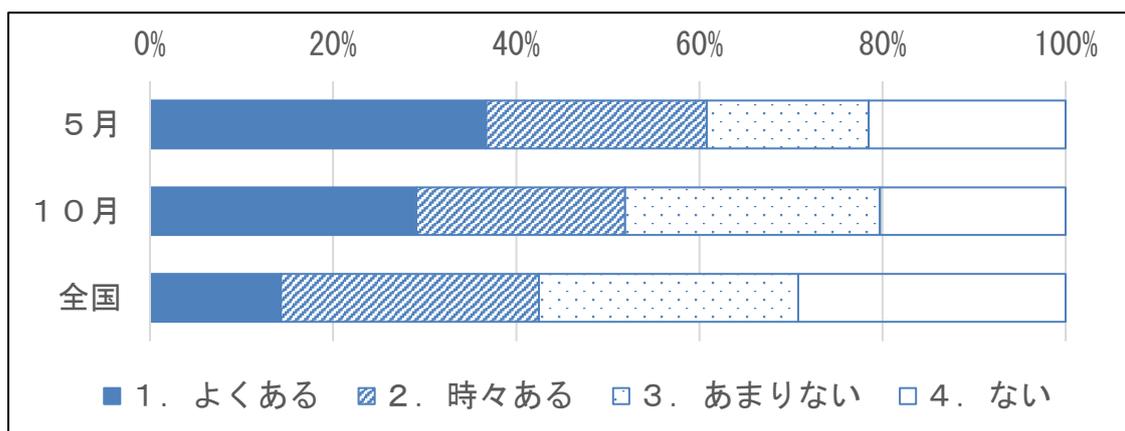


1年	50.0%
2年	81.8%
3年	71.4%
4年	70.0%
5年	37.5%
6年	57.1%

# すいみん けっか 睡眠アンケートの結果より

6月、3～6年生を対象に睡眠をテーマにした学校保健委員会を行い、その後、7月と9月に各家庭で「目覚めすっきり！チャレンジ」に取り組んでもらいました。みなさんの意識がどれくらい変化したのか、アンケートを行いましたので、一部を紹介します。

## 平日と休日の起床時刻が2時間以上ずれることはありますか。



5月に比べ、10月では「よくある」と答えた人がやや減り、平日と休日の起床時刻のずれが改善されていることがわかりました。しかし、全国平均と比べると、まだまだ「よくある」という人の割合が多いようです。生活習慣は簡単には変わりませんが、子どもたちの健全な成長のため、少しずつよい方向に変えていけるよう、今後も取組を続けていきたいと思っております。

7つのまちがえ探し

