

# ほけんだより 冬休み号

前期課程  
武蔵台小中学校  
保健室  
令和6年12月24日

※おうちのかたといっしょによみましょう

いよいよ明日から冬休みです。冬休みはどのように過ごしますか？楽しいこともあると思いますが、早寝早起きをして、学校がある日と同じように過ごしましょう。

手洗いうがいをしっかり行い、インフルエンザやコロナにかからないよう気をつけましょう。また、暗くなる時間も早いので、交通事故にも気を付けましょう。3学期、元気な姿でみなさんに会えるのを楽しみにしています。

## 冬休み歯みがきカレンダー

夏休みにも歯みがきカレンダーを実施しましたが、冬休みもやります！今回は、色をぬるのではなく、○△×を記入するものになっています。冬休み後、集計を行い、みなさんが毎日どのくらい歯みがきをしているのか調べます。毎日忘れずに記入してくださいね。よろしくお願いします。

## 歯医者の受診をお願いします

現在、武蔵台小中学校前期課程のむし歯の本数は、残り9本となりました。対象者には再度通知しましたが、この冬休み中に必ず歯医者に行き、治療を進めてください。治療が終了したら、学校まで報告をお願いします。また、むし歯がない人も、ぜひ、定期検診にいらしてください。みんなでピカピカな歯を目指しましょう。



さむ 寒いからといって

## ポケットに手を入れて歩くと危ないよ

× ねこ背になるよ



ねこ背は首の痛みや肩こり、消化不良などの原因になります。

× 転んでも手がつかないよ



ポケットに手を入れていると、転んだときに手がつかず、けがをすることがあります。