



令和6年11月1日
畠部小学校 保健室

だんだん寒くなってきました。豊田市内では、インフルエンザによる学級閉鎖も出ている
ようです。手洗い、うがいをしっかりしましょう。また、教室では感染予防のため、寒くて
も窓を開けて空気の入れ替えをしましょう。朝は寒くとも、昼間は暖か
い日もあります。上着を着てくるなど調整のしやすい服装で登校すると
いいと思います。6年生はあと少しで修学旅行です。京都・奈良、どちら
もたくさん歩きます。適度な運動・バランスのよい食事・十分な睡眠
を心がけて、今のうちに体力をつけておいてください。



今月の保健目標：好き嫌いなく何でも食べよう

みなさんが毎日食べているごはんには、じつはいろんな人が関わっています。
スーパーでは小分けに包装された野菜や、切り分けられたお肉・お魚が並んでいますが、それまでの間に、野菜を育て収穫したり、魚を獲ってさばいたりしてくれた人がいます。そして食卓に並ぶまでの間には、そうした食



材を選び、味付けや栄養を考えながら料理をしてくれた人がいます。

「いただきます」「ごちそうさま」はそういう人たちを含め、食事を準備してくれた人への感謝の気持ちが込められたあいさつ。
11月23日は勤労感謝の日。ごはんの時間には、このことを思い出しながら手を合わせてみてください。





3 Step で歯みがきチェック

いい歯、キープできていますか？歯みがき
の後、みがき残しの多い場所を鏡でチェック。
歯垢が残っていたら、アドバイスを参考にも
う一度みがいてみましょう。



磨き残さなくそう！

しっかり磨いたつもりでも
汚れが取れにくい場所があるよ。



おうちの方へ

- ・インフルエンザ、新型コロナウイルス感染症の治ゆ証明書は、昨年度に引き続き当面の間、提出不要です。
- ・感染症予防のため教室では換気をします。寒くないように上着等ご準備をお願いします。
- ・スクールカウンセラー村瀬慶祐先生（臨床心理士）は、11月5日（火）・12日（火）・19日（火）26日（火）の10時～16時の勤務です。お子さんやお子さんとの関わりなど、心配なことや相談したいことがありましたら、担任または養護教諭へお知らせください。
- ・校内はあとラウンジの利用を希望される場合は、担任へご相談ください。心の相談もできますので、相談したいことがありましたら、担任または養護教諭へお知らせください。