

ほげんだごまり 11月

おうちの人と
いっしょに
よみましょう



今月の保健目標
正しい姿勢で過ごそう

- ☆ 寺尾小が表彰されます
- ☆ 脳脊髄液減少症とは…
- ☆ 保護者の方へ



2024年もあと2か月！



早いもので今年もあと2か月となり、朝晩はだいぶ気温が低くなってきました。季節の変わり目は、1日の気温差が大きく体調をくずしやすくなります。寺尾小でも、先週あたりから咳が辛そうな児童が増えていきます。ぬいだり着たりがしやすい上着を上手に使用して調節し、かぜをひかないように気をつけましょう。

寺尾小が表彰されます！！



寺尾小学校が

第63回全日本学校歯科保健優良校表彰で**奨励賞**を受賞しました。



寺尾小では、むし歯予防のために、保健委員が中心となってぶくぶくうがいや給食後にはみがきを行っています。また、養護教諭と歯について勉強したり、歯科検診時には学校歯科医より丁寧な個別の保健指導も実施したりしています。その結果、むし歯の児童は年々減り、むし歯が見つかった場合は早めに歯医者さんへ行って治療する児童が増えていきます。このようなみなさんのがんばりが認められて、全国でよい歯の児童が多い学校として受賞することができました。

はみがき指導や早期の歯科受診等ご家庭の協力もあっての受賞です。保護者のみなさまには、いつもご理解とご協力をいただきまして、本当にありがとうございます。

これからも自分の歯を大切に、もっともっとよい歯の児童が増えるよう、継続して取り組んでいきたいと思います。

脳脊髄液減少症とは…



原因は？ 頭、背中、尾てい骨を打つなど、体に強い衝撃を受けることにより、脳脊髄を覆っている硬膜が損傷を受け、脳脊髄液が漏れ出し、減少することにより、様々な症状が起こります。また、外傷に関係なく発症することもあります。低髄液症候群とも呼ばれています。

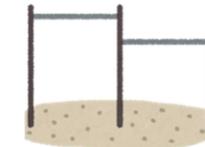
交通事故

- ・追突事故
- ・接触事故
- ・自転車転倒



スポーツ外傷

- ・ボールが頭に当たった
- ・鉄棒から落ちた



突発性

- ・原因不明



頭痛やめまい、体のだるさなどの症状が続く場合は、**要注意です！** 早めに専門医療機関を受診しましょう！



《専門医療機関の情報》

脳脊髄液減少症の疾病や、県内の専門医療機関の情報を、栃木県ホームページで公表しています。 [栃木県](#) [脳脊髄液減少症](#) で検索

保護者の方へ



汚れた衣服について



冬は感染性胃腸炎が流行しやすい時期です。学校で嘔吐してしまった場合、感染リスクを考慮して、汚れてしまった衣服等は、洗わずにそのままの状態ですぐに袋に入れてお返しさせていただきます。吐物のついた衣服は、ご家庭で塩素系漂白剤（ハイター等）を水で薄めた水溶液を使って消毒していただくと安全です。その際は、色落ちする可能性がありますのでご注意ください。

欠席等の連絡について

欠席や遅刻等の連絡につきましては、**さくら連絡網へ入力**をよろしくお願いいたします。さくら連絡網へ入力いただければ、電話での連絡は不要です。さくら連絡網でご連絡いただくと確認や校内での伝達が大変スムーズとなりますので、ご協力をお願いいたします。担任も毎朝入力された内容を確認していますので、欠席の他に連絡事項がある場合もご活用いただけます。

11月8日は



いい歯の日



歯ブラシは毛先が開いたら交換する

むし歯等の治療に行こう！

歯科の治療結果票がまだ提出されていない人がいます。むし歯は時間が経てば治るとはなりません。1つのむし歯が、まわりの歯や歯肉にまで影響を及ぼすこともあります。この機会に必ず受診しましょう。

