

さいさいはいふ 再々配付しています！ は じゆしんかんこく 歯の受診勧告

ひだまり

まちに待った冬休み！クリスマスやお正月など
楽しいイベントが盛りだくさんですね。

きまつこんだんじ こんねんど は じゆしん ひと
期末懇談時、今年度の歯の受診がまだの人に
お知らせを渡しています。

2020. 1 2. 2 3 冬休み号
千早小吹台小学校 保健室

にほんかんじのうりよくけんていきょうかい はっぴょう ことし かんじ みつ
日本漢字能力検定協会が発表する今年の漢字は「密」でした。
みなさんの今年の漢字は何でしたか？

しんねん きも むか
新年を気持ちよく迎えるためにも、
じかん ふゆやす ちゆう じゆしん
時間のある冬休み中に受診したいものです。

し 知らせを受け取っていない人も
は じょうたい か
歯の状態が変わっていないか、
はいしゃ み
歯医者さんで診てもらおうと
いいかもしれませんね。



て あ げんいん 手荒れの原因

きおん さ くうき かんそう
① 気温が下がり、空気が乾燥することで
て すいぶん じょうはつ
手の水分が蒸発しやすくなる

て ゆび ひ ち
② 手や指が冷えて血のめぐりが
わる ひ
悪くなり、皮ふがかたくなる

てあらい あと て
手洗った後、ぬれた手をそのままにしておくと
てあらい
手荒れがひどくなってきます。



すいてき のこ
水滴が残らないよう、
ハンカチでしっかりふき取りたいですね

ふゆやす 冬休み
けんこう 健康すごろく
START

へや かんき
部屋の換気をする

2 コマ進む

はらまき
腹巻きゲット！

1 コマ進む

こたつでうっかり
あさまで寝てしまう

1 回休み

おもちをたべ過ぎる

1 コマ戻る

て 手あらいの後、自然乾燥する

3 コマ戻る

がっこう 学校があるときと同じ時間に
おな じかん
起きる

2 コマ進む

GOAL

げんき しんがつき
元気に新学期を
むか 迎えられる！

ねる 1時間前には
スマホ・ゲームをやめる

2 コマ進む

あたらしい 歯ブラシに替える

2 コマ進む

STOP!

キャット
ストレッチを
しよう！

