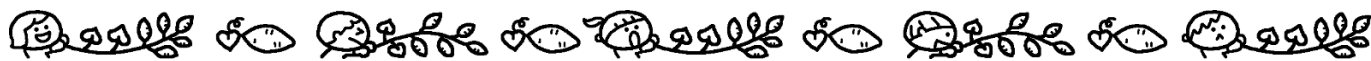




令和7年11月5日
墨田区立錦糸小学校
校長 高山 幸

ほけんたより 11月



秋が深まり、朝晩に冷え込む日が増えてきました。気温の変化で体調を崩しやすくなります。上着を活用したり、規則正しい生活や適度な運動を心がけたりして、風邪に負けない体をつくりましょう。

インフルエンザ等の感染症がすでに流行しています。出席停止になる感染症に罹患した場合、医師の証明は不要ですが、再登校日に保護者が記入した「登校届」の提出が必要です。登校届は学校のホームページからダウンロードもしくは学校で用紙をお渡しすることもできます。裏面をコピーしてご使用いただいても構いません。



11月の保健行事

日程	保健行事	対象
11月7日(金)	就学時健康診断	来年度の1年生

＼11月8日は「いい歯」の日！／

むし歯になりやすい生活習慣は改善しよう！

大人になってもいい歯を維持するために、以下の一つでもあてはまる人は要注意です。
食後の歯みがきや歯医者さんでの歯科検診など、歯のケアを心がけてください。



おやつや清涼飲料水が
大好きでよくとる



食するとき、かむ回数が
少ない(30回以下)



食べた後に、歯みがきを
しないことがある



学校薬剤師 鴨下先生のお薬講座 ～11月 薬を飲み忘れたら？～

Q: 飲み忘れた薬をまとめて飲んでもいいの？

A: ダメです！ 飲み忘れた時は、おうちの人に相談してね。

