

ひだまり



川越市立芳野小学校
 (ほけんだより) No.11
 冬休み号 [12/22(金)]
 ◎おうちの人とよみましょう

Merry * Christmas & Happy New Year!

卯年



辰年



2023 → 2024

今日で、2学期が終わりです。12月に入っても、
 20℃を超えるようなあたたかい日もありましたね...。
 冬休みも、病気やけがに気をつけて、有意義な
 時間を過ごしてください。

冬休みの歯みがきカレンダーは、夏休みと同様に、
 メール配信します。宿題ではありませんができる人
 のみ家で印刷してチャレンジしてみてね!

★ 楽しい冬休みにするために。健康カルタ ★

◎頭の文字を入れかえると言葉になるよ◎ ヒト: 七〇〇〇ふ〇〇〇み

<p>⑦ あまい おかしや シュース類</p>	<p>⑧ お湯や湯気</p>	<p>⑨ つめたくても しっかりと 手あらい</p>	<p>⑩ 元風の子</p>	<p>⑪ 大きい</p>
-------------------------	----------------	----------------------------	---------------	--------------

<p>⑫ バランスよく ビタミン</p>	<p>⑬ お家の手洗い</p>	<p>⑭ はやおき</p>	<p>⑮ 歯みがき</p>
----------------------	-----------------	---------------	---------------

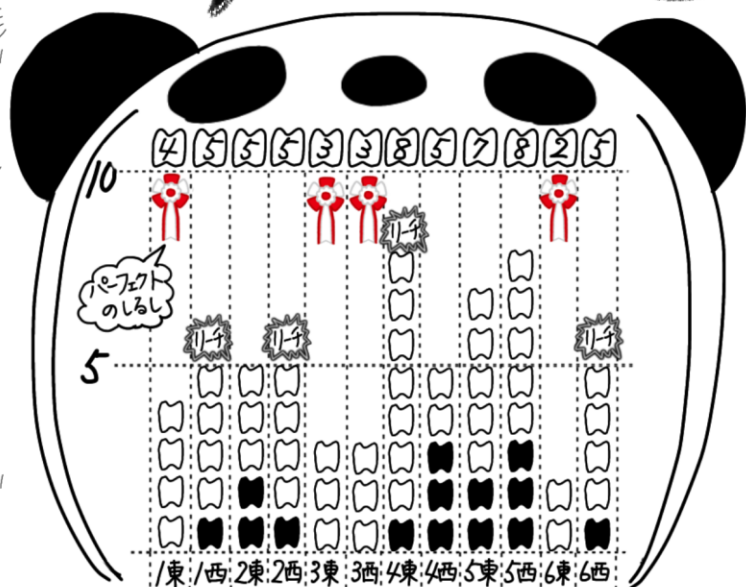
最近、いろいろな感染症が流行中です。できることをしっかりやって、予防できるといいですね!

冬休みは歯の健康チェック回もわすれずに!!

冬休みは、クリスマスやお正月があり、いつもと違う食事を楽しむ人も多そうですね。ケーキなどの甘くてやわらかいものを食べた後の歯みがきは、いつもよりていねいにやるのが大切です。また、歯科健診(5月)のあとの治療・相談が終わっていない人は、早

全校パーフェクトまであと10人!!

に歯医者さんへ行きましょう。まずは、冬休み中に予約を家の人にしてもらおう。



表の見方 歯科医院での相談や治療が...
 ☺...終わっている ☹...終わっていない



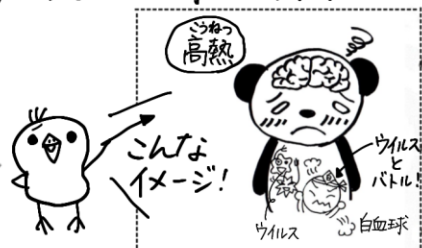
むし歯がなくても、定期健診へ!!
 3~6ヶ月に1度、歯科健診に親子で行くのがおすすめ!細かいよごれなどもキレイにしてくれるよ☆

むし歯のクラス ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿
 1東・3東・3西・6東 ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

どうして熱は出るの? 発熱のメカニズム

病気の原因であるウイルスや細菌の多くは、熱に弱い(活動しにくくなる)という特徴があります。これらに感染すると、からだを守るはたらきとして脳が体温を上げるように指令を出します。これが発熱の正体です。

体温が高くなると、体内の白血球も活発になり、ウイルスや細菌とたたかおうとします。



日曜日や年末年始に高熱... 病院はどこも休み!? 困(休) そんなとき... どうする?

インターネットで、川越市 休日当番医 と検索するとみてもえる病院がわかります。◎小川波町の川越市医師会夜間休日診療所も利用できます。各市町村や医師会HPで調べられることが多いので旅行先でも困ったら調べてみてね!



3学期に会いましょう! またね!!
 大きな病気やケガがなく、すてきな冬休みになりますように。
 1月9日(火)の始業式の日、元気な姿を見せてくださいね!

さがせ! クロ&キヨロ
 12月号のこたえ
 表: ①の右よ
 裏: 12月の予定
 裏: バグのぞきん