



R3.11.12
延岡中学校
保健室より

11月8日はイイハの日！歯の治療を済ませましょう！
～歯の治療あと36名！治療率71.7%～

歯の治療率ランキング！（クラス別）

- 1位 1の1 (87.5%)
- 2位 3の2 (85.7%)
- 3位 3の3 (81.8%)
- 4位 2の1 (80.0%)
- 5位 1の2 (71.4%)

歯の治療率100%の部活動！

- ソフトテニス部 (9/6)
- 女子バスケットボール部 (11/10)

笑顔に自信 😊



パフォーマンス向上



**歯医者さんに
相談だー** 🎵

11月8日は
いいの日 😊

おいしく食べる



感染症予防



7月より歯の未治療者対象に「歯みがきクラブ」を実施しています。今月は、イイハの日もあったということで、個人カルテを使って個人指導をしています。個人指導では、むし歯の目視での確認や、氷やお湯を口に含ませてむし歯の程度の確認をしています。昨年度に引き続き歯の治療が終えていない人のむし歯の状況を確認してみると、むし歯の進行が進んでいることがわかります。

むし歯の進行をこれ以上進めないために、12月より歯みがきの練習も入ります。歯の治療を頑張りましょう！

11月は「イイ〇〇の日！」がたくさん！

- 11月4日イイシ～いい 姿勢の日
- 11月8日イイハ～いい 歯の日
- 11月9日イイク～いい 空気（換気）の日
- 11月10日イト～いい トイレの日

11月9日は「換気の日」



感染症予防に
換気はとても有効です！

いい姿勢で



気持ちも晴れ晴れ

キャラクターせいくらべ！作り替えます♪



保健室の名所
「キャラクターせいくらべ」を
推しの芸能人バージョンへ♪

保健室前廊下でいつも賑わっているのが、キャラクターせいくらべの掲示物です。実際に背比べができるということで、男女学年問わずみんなキャラクターとせいくらべをしているところです。今回は芸能人バージョンに作り替えてみようと思いますので、みなさんの推しの芸能人がいましたら、保健室脇坂まで「芸能人の名前、身長」に紙に書いて持ってきてください。11月中まで応募します。

かぜが流行る季節の前に

カラダの抵抗力UP!!



バランスのとれた食事



適度な運動



じゅうぶんな睡眠



予防接種

7つのまちがいをさがそう！答えは保健室前廊下に

寒いけれど…窓を開けて
空気を入れかえよう



寒いけれど…窓を開けて
空気を入れかえよう



さむ まど あ
寒いけれど…窓を開けて
くうき い
空気を入れかえよう

