



R2.12.10 高崎中学校 保健室

早いもので、今年も残り1ヶ月を切りました。日を追うごとに寒くなってきましたね。毎日の感染症予防対策のおかげで、今のところインフルエンザは一人も出ていません。体調管理をしっかり行い、みんなで元気に冬休みを迎えましょう！

◆きちんと“手洗い”できてますか？

思い返してみれば「マスク着用・手洗い・手指消毒」が始まったのは今年の2月ごろからでした。感染症の流行時期には予防対策に力を入れていましたが、1年間を通してマスク着用や手洗い・手指消毒を実施したのは初めてです。この状況に慣れてきたところで、もう一度手洗いの目的や洗い残しの多いところを確認しましょう。

○手洗いの目的○

手洗いは“洗い流すこと”が目的です！

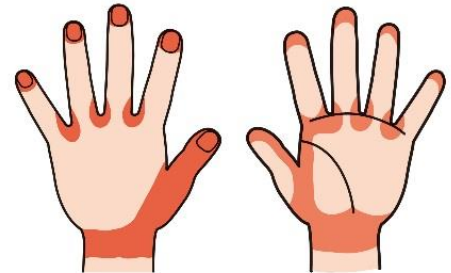
10～15秒泡で洗い、10～15秒水で洗い流します。

手洗いにかかる時間は約30秒が目安です！

※ハンドソープを使い、しっかり洗うこと！

○洗い残しの多いところ○

色の濃いところを
意識して洗いましょう！



◆個別の歯科保健指導が終わりました！

11月中旬に受診が必要な生徒に対して個別の歯科保健指導を実施しました。一人ひとりと話をすると、すでに受診をした生徒、保護者に相談をしている生徒が何人かいました。

現在の受診率は25.2%です。むし歯のある生徒はあと22名です。学校全体では3年生

の受診率があまり良くないです。冬休み前に再度受診勧告書を配付しますのでご確認ください。

また、現在、保健室前に各クラスの歯科受診状況を掲示しています。参観日の時に見ていただくとありがたいです。よろしくお願いいたします。

◆12月11日(金)は駅伝・持久走大会！



いよいよ明日ですね！みなさんの練習する姿が保健室からよく見えます。最後まであきらめない姿、そして友達を励ます姿、よく頑張っていますね。体調はどうか？当日は防寒をしっかりして、ケガなく無事に走りきってください！