

# 保健だより 11月



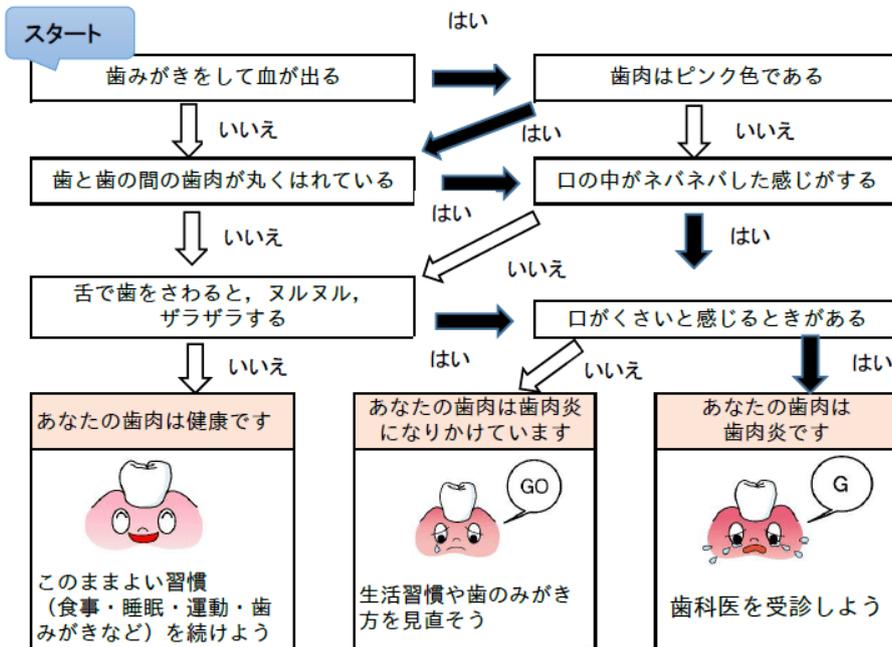
令和6年11月  
小美玉市立美野里中学校  
保健室

朝晩の気温が低くなり、体調を崩して欠席や早退をする人が増えています。かぜが長引き、咳をしている人も目立ちます。体調を崩している人は、「咳エチケット」(マスクの着用)を心がけましょう。

**今月の行事**  
○14日(木)  
1年生薬物乱用防止教室  
○20日(水)  
1・3年生生命の安全教育

**スクールカウンセラー来校日**  
14日(木)・28日(木)

11月8日は、「いい歯の日」:あなたの歯肉をチェックしてみよう

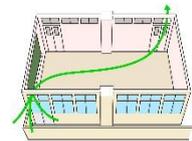


(いい) (くうき)  
11月9日は「換気の日」



感染症予防に  
換気はとても有効です!

対角線上に20cmほど常に窓を開けましょう。



11月10日は  
「いいトイレの日」

校舎内のトイレの改修工事が4年がたちます。きれいなトイレが続くように、一人一人が下記のことにつけて使いましょう。

2学期  
体位平均値

		身長(cm)		体重(kg)	
		男子	女子	男子	女子
1年生	2学期	156.8	153.5	48.0	46.2
	1学期との差	2.1	0.7	2.4	1.3
2年生	2学期	163.3	156.2	50.8	50.7
	1学期との差	2.6	0.6	1.7	1.2
3年生	2学期	167.3	156.9	57.3	51.9
	1学期との差	1.2	0.4	1.8	0.5

女子の手洗い場には髪の毛が多く落ちてます。そのまましないで、ゴミ箱へ。



トイレットペーパーの芯は、ゴミ箱に捨てよう。紙がなくなっていたら補充しておこう。



次に使う人のことを考えよう。



床がぬれていると汚れが着きやすくなるので、手を洗ったら、すぐにハンカチでふこう。