



ほけんだより

さいたま市立河合小学校
保健室
令和7年1月7日(火)

みなさんは、どんな年末年始を過ごしましたか。クリスマスやお正月など、にぎやかで楽しい冬休みを過ごしたとおもいます。

さて、新しい年を迎え、今年一年の目標は立てましたか。まだ立てていない人は、何か一つでも目標を立ててみましょう。そして、実りある一年になるよう、目標達成に向けて計画的に取り組んでいきましょう。保健室では、今年もみなさんが“こころ”も“からだ”も健康でいてくれることを願っています。

学校では、一年のしめくりとなる大事な3学期がスタートしました。まだまだ、インフルエンザやマイコプラズマ肺炎といった感染症が心配されます。手洗い・うがいをしっかり行い、元気に過ごしましょう。

1月の保健目標 手あらい うがいをしよう

上手な手洗いのポイント



きちんと石けんを使って洗いましょう



汚れが取れにくいところに注意しよう



手を洗った後は、きれいなハンカチでふきましょう



上手なガラガラうがいのポイント



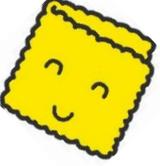
しっかり上を向かないと、のどの奥まで洗えません
しっかり上を向いてうがいをしましょう



ハンカチは毎日

必ず持ってきましょう

常に身につけ、手洗いのあとはしっかり水分をふきとりましょう。



ほけんぎょうじ し
1月の保健行事・お知らせ

1月 7日(火) 冬休み歯みがきカレンダー 提出日
14日(月) 発育測定 1・2・3年生
15日(火) 発育測定 4・5・6年生



保護者の皆様へ
【令和6年度さいたま市学校歯科保健コンクール】

日頃より、学校歯科保健活動に御理解・御協力いただきありがとうございます。

この度、令和6年度さいたま市学校歯科保健コンクール地区審査会において本校が優秀校に選ばれました。以下の表は、今年度、春に実施した歯科健診の結果を、さいたま市と河合小で比較したものです。河合小は、「むし歯処置歯率(%)」「一人平均 DMF 歯数(本)」ともに素晴らしい結果となりました。また、各御家庭の御協力により「むし歯処置歯率(%)」2年連続で100%という結果になりました。

※永久歯列のう蝕経験の総量を知るために用いられる指標のこと

		令和6年度	令和5年度	令和4年度
むし歯処置歯率(%) 【永久歯】	河合小	100.0%	100.0%	84.2%
	さいたま市	76.9%	77.9%	80.9%
一人平均DMF歯数(本)	河合小	0.02	0.03	0.13
	さいたま市	0.10	0.11	0.10

優秀校に選ばれた学校には、賞状が授与されました。表彰状については、12月18日(水)校内表彰朝会において、児童食育委員会委員長が学校を代表して賞状を受け取りました。



児童食育委員会では

- ☆歯と口の健康に関する図画・ポスターの作成
 - ☆夏・冬休み歯みがきカレンダーの作成
 - ☆歯のキャンペーンの企画・運営
 - ☆歯みがきポスター作成(水道場に常時掲示)
 - ☆歯みがきに関するアンケートの実施
- など、歯と口の健康に関する活動を行っています。

