



令和7年11月1日
大垣特別支援学校
発行：保健室

11月4日は、一人ひとりの思いが否定されず「どう思ってもいいよ」と受け止められる社会にしたい、という願いが込められた「いいよの日」です。人と意見が違ふのは当たり前。「こんなこと思ってもいいの?」と不安に思うときもあるかもしれません。そんな時は、話しやすい人に話をしてみてください。誰かに話すと心が少し軽くなるはずです。



11月学校保健目標 風邪をひかない丈夫な体をつくろう!

第64回全日本学校歯科保健優良校表彰優秀賞 および文部科学大臣賞 受賞

上記の賞を受賞し、10月16日に広島で行われた全国歯科保健研究大会で行われた表彰式に学校長が参加しました。特別支援学校の部において、全国1位にあたる賞です。

当校では、小学部1年生、中学部1年生、高等部3年生を対象に歯みがき指導を行っています。また学校歯科医の先生にも参加をしていただき、直接指導していただく場を設けています。歯みがきは健康な歯を維持するために大切なことです。毎日の歯みがきや定期検診に行き、これからも自分の歯を大切に保ちましょう。



(↑表彰式での賞状受取:田中校長先生)

(↓親子歯みがき指導での学校歯科医の先生の講話)



11月8日は『いい歯の日』です。よく噛むことはとてもいいことがたくさんあります。普段の食事やおやつから意識してみましよう。



むし歯を予防する



消化を助ける



脳が活性化する



肥満を防止する



歯並びが良くなる



手を洗う

感染症を寄せつけない

5つの工夫

インフルエンザなど感染症が流行しやすい時期になりました。少しの心がけでかかりにくくできます。



人混みを避ける



うがいをする



マスクをつける



予防接種を受ける

自分のできる工夫を見つけて、感染症にかからないように気を付けましょう。また体調がすぐれないときは、無理をせず自宅でゆっくり休みましょう。