

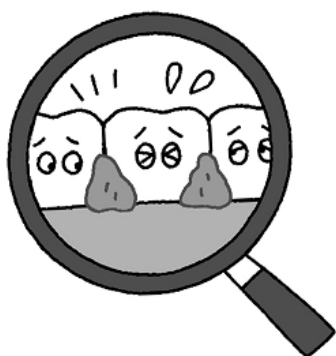


令和8年11月1日
品川区立鮫浜小学校
校長 中村 英代
養護教諭 高橋 麻衣子

11月8日は118（いい歯）の日です。10月に歯科健診を行いました。お知らせをもらっ

た人は、なるべく早く歯科医院に行き、歯医者さんに相談しましょう。

歯肉炎予防！きれいで健康的な歯肉をキープ



歯肉炎の原因は、歯と
歯肉の境目にたまった歯垢



健康的な歯肉は薄いピンクで引き締まっ
ている。歯肉炎の歯肉は赤く腫れてブヨブヨ



丁寧なブラッシングを
続けることで改善できる

ここを細かく丁寧にブラッシングする
ことがポイント！

歯肉炎は、ひどくなると歯を支える骨が解け、歯が
グラグラして抜けることもあります。毎日しっかり
歯みがきしましょう！



歯ブラシの毛先が広がってしまうと、せっかく歯をみがい
ても汚れが残ってしまいます。また、古い歯ブラシは細菌
も増えていることが多いです。毛先が広がったら、新しい
ものに取り替えましょう。



●「せきエチケット」を知っていますか？

これから冬になると、空気はますます乾燥し、様々な感染症が流行します。学校はみんなで生活をする場なので、せきや鼻水などのかぜ症状がある場合は「せきエチケット」を心がけてください。おたがいに感染症をうつさないようにするためのマナーです。

せきエチケット

①鼻と口をおおう

せきやくしゃみが出そうなときはハンカチやティッシュで鼻・口をおおいます。



②とっさのときは「そで」でカバーする

急なせきやくしゃみのときは、そでの内側で鼻や口をおおいます。



③マスクをつける

もともとマスクをつけていれば安心！



保護者の皆様へ

●感染症情報（令和8年10月26日現在）

10月中旬には、インフルエンザが全国的に流行注意報レベルに達しました。学級閉鎖には至りませんでしたが、クラス内で同時に複数名感染が報告されることもありました。今後も十分な予防が必要です。毎朝お子さんの健康状態を確認し、いつもと明らかに異なる体調不良があれば、無理をせずご家庭で様子を見てください。また、学校で発熱したり、体調不良で授業を受けられなかったりする場合は、お迎えの依頼をいたします。その際はご都合をつけ、できるだけ早くのお迎えをお願いいたします。

「この感染症は出席停止になるの？」など、ご不明な点があれば保健室までお問い合わせください。

●感染症り患の報告についてのお願い

インフルエンザなどの感染症にかかった場合、tetoruの備考欄に①感染症名（インフルエンザの場合は型まで）②発症日③出席停止解除の予定日をご入力ください。また、出席停止解除日には、保護者の方が記入する「出席停止解除願い」をご提出ください。

●衣類の寄付についてのお願い

学校で衣類を汚してしまい、着替えが必要になることがあります。もしご自宅に、お子さんの着られなくなった衣類で、以下に当てはまるものがあれば、保健室に寄付していただくと幸いです。ご協力をお願いいたします。

★男女ともに着られるもの

★破れがなく、極端に汚れていないもの

★サイズは110～160cm

★下着や靴下は未使用のもの

