



令和5年2月20日
校長 田中秋人
養護教諭

寒さが本格的になり、じゃぶじゃぶ池に氷が張る日も多くなりました。寒い時期は感染症が流行しやすくなります。よい生活リズムを意識して、体調を整えていきましょう。

1月から保健委員会が行っている手洗いチェックには、多くの人に参加してくれました。自分の洗い残しが多い場所は分かりましたか？これからも正しい手洗いを心がけてくださいね。

3月の保健行事

- 13日(月) 大掃除(6年)
- 20日(月) 大掃除(1~5年)

持ち物 ビニール手袋(必要な人)
スポンジ



あなたの心は元気ですか？

毎日を元気に過ごすためには、体だけでなく、心も元気であることが大切です。体に傷ができたときは、絆創膏を貼って手当てをしますね。では、心が傷ついた時はどうしたらよいでしょう。心が元気になるおすすめの方法を紹介するので、自分に合った方法を見つけてみてくださいね。

相談する

ゆっくり休む

好きなことをする

体を動かす

笑う

紙に書いてみる

いほうやくぶつ
違法薬物はダメ!ぜったい!

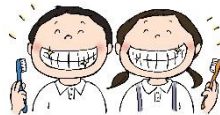


1月26日(木)に学校薬剤師の小川先生による薬物乱用防止教室がありました。6年生は、違法薬物による体と心への影響や周りの人への影響について学びました。

また、違法薬物の使用を誘われた時の断り方を考える場面では、なぜダメなのか理由を含めてしっかりと断ることができていました。



ねん は しどう
1・3年 歯みがき指導



2月1日(水)に歯科衛生士の増田先生による歯みがき指導がありました。1年生は第一大臼歯の上手なみがき方、3年生は歯並びに合わせたみがき方を学びました。

授業の後は1週間、自分でめあてを立てて歯みがき頑張りカードに取り組みました。保護者の方のご協力ありがとうございました。これからも教えていただいたことを忘れずに、自分の歯を一生大切にしていきましょう。



はなし
うんちのお話

<p>① わたしはみんなに「きたない」「くさい」といわれるうんちです。</p>	<p>② わたしはみんなのからだの「そうじ」がかりなんです。</p>	<p>③ たべものがくちでかみくだかれて、どろどろになります。</p>	<p>④ しょうちょう → すいぶんとえいようがすいとられます。だいちょう → さらにすいぶんがすいとられます。</p>	<p>⑤ そののこりがすかばまどまって「うんち」がたんじょうします。</p> <p>おなかのなかのいらなくなったもの! すいぶん 70% ちゅういん 10%</p>
<p>⑥ あなたはうんちをしたとき、わたしのことをみていますか?</p>	<p>⑦ わたしをみるとみんながけんこうかどうかわかります。</p>	<p>⑧ けんこうではないときのうんち</p>	<p>⑨ バナナうんちをだすためには、えいようバランス、うんどう、すいみん、ストレスをためないことがたいせつです。</p>	<p>⑩ まいにちわたしをみて、じぶんのけんこうをチェックしてみてくださいね!</p>

保護者の方へ



来年度に向けてのアレルギー調査へのご協力ありがとうございます。アレルギーがあるとお答えされた場合には、より詳しいことをお聞きするためにご連絡をすることがあります。

ご協力よろしくお願いたします。