

5月27日(土)に運動会が無事終了しました。熱中症予防のため、暑い日には塩分タブレットを配ったり、事前に保健指導を行いました。体育館での運動会ということで初めての競技もありましたが、いきいきとしたみなさんの姿がまぶしかったです！

寝る前も水分ほきゅうを忘れずに！



6月のほけん行事

- *体重測定 ⇨ 7日(金)までに
- *せいけつチェック ⇨ 10, 24日(月)
- *いい姿勢の日 ⇨ 13日(木)
- *いい歯の日 ⇨ 17日(月)
- *はみがきぴかぴかカード ⇨ 5日(水)～11日(火)
- *生活ふり返りカード ⇨ 24日(月)～28日(金)

つかれの取り方おしえて！コーナー

5月に各学級で保健指導を行いました。その中で、自分の「つかれの取り方」について書き、学級内で発表しました。睡眠、食、遊び...色々な方法を知ることができて楽しい学習になりました。先生方の用紙も加えて、保健室前に掲示してあります。つかれの取り方の引き出しが増えるといいですね！



今年もやります！ はみがきピカピカカード！

- <取り組み期間> 6月5日(水)～11日(火)
- <方法> 1) おうちで朝・夜の2回、3分間のはみがきに取り組む
- 2) できたら、色をぬる
- 3) 最終日にふりかえり(児童・保護者)を書いて学校へ提出する



はみがきピカピカカード

みんなの目標 はみがきを3分間する！

おうちの人の目標 歯磨き仕上げができる！

日	5(水)	6(木)	7(金)	8(土)	9(日)	10(月)	11(火)
おうちで	はみがき	はみがき	はみがき	はみがき	はみがき	はみがき	はみがき
色ぬり							
ふりかえり							

7(金)	8(土)	9(日)	10(月)	11(火)
きれい	きれい	きれい	きれい	きれい
あり	みがき残りあり	みがき残りあり	みがき残りあり	みがき残りあり

今年度は保健委員会がイラストを描きました！
3分はみがきをがんばって、たくさん色ぬりをしてください！

これ、な～んだ？

突然ですが、みなさんにクイズです。「寝ている間に口の中で増えやすいものってな～んだ？」…わかりましたか？ 答えは、むし歯の原因になる「ミュータンス菌」です。だ液には、ミュータンス菌などの細菌が増えるのをおさえる力があります。しかし、寝ている間はだ液の量が少なくなるので、ミュータンス菌が増えやすいのです。ですから、寝る前の歯みがきはとくに大切。ていねいにこまかくみがきましょう。

～保護者の皆様へ～

① 歯科検診の結果について
5月30日(木) 歯科検診の終了後、受診をお勧めする児童には「検診結果のお知らせ」を渡しました。お忙しいとは思いますが、早めの受診をお願いします。受診された場合は「検診結果のお知らせ」を学校まで提出してください。

② 歯みがきセットについて
歯みがきセット持ち帰りデーの際には、ブラシの先が広がっていないか確認をお願いします。毛先が広がっている場合は、歯ブラシの交換をお勧めします。