

ほけんがより 9月

平成29年9月28日(木)
熊野小学校
ほけんしつ
No.8

先日せんじつの新聞しんぶんに＜秋あきの七草ななくさしょうかいされていました。「ハギ・オバナ（ススキ）・キキョウ・ナデシコ・オミナエシ・クズ・フジバカマ」の7種しゅだそうです。食べるたことのできる＜春はるの七草ななくさちがい、たおやかな秋あきの風情ふうせいが感じかんられます。時ときにはゆっくり親おやこ子で歩あるきながら秋あきを探さがしてみるのもいいものです。

夏休なつやすみ明けは生活せいかつリズムの崩くずれが心配しんぱいでしたが、健康けんこう生活せいかつカードを見みると、設定せっていした目標もくひょうを意い識ししながら生活せいかつしている人ひとがたくさんいました。これから10月がつにかけて宿泊しゅくはく学習がくしゅう・遠足えんそく・体育大会たいいくたいかいなどの行事ぎょうじがたくさんあります。咳せきやのどの痛みいたみなど、かぜをひいている人ひとも増ふえていますので、よい生活せいかつリズムを意い識ししてこの秋あきを元げん氣きに過すごしましょう。



★はみがき がんばったよ!★

青あお色いろはすくなくったけど、5分ぶん以上いじょうできたのでうれいす。ぼくはむし歯ばがありません。

とくよる特にとく夜よるは、フロスつかを使つかって丁寧ていねいにみがきました。大人おとなの歯はが生はえてきたのでていねいにみがきたいです。

ていねいにみがくことができたので、はみがきカレンダーかれんだーがなくともこれからもていねいにみがきます。

まい日にち青あお色いろがつくようにしっかりみがいて、親おやに仕上しあげ磨みがきをしてもらいました。

すみずみまでみがくという目標もくひょうを立てて意い識ししてみがきました。お昼ひるはブクブクうがいをしました。

長い夏休なが なつやすみでしたが、歯はみがきを頑がん張りばりましたね。保護者ほごしやの皆様みなさまも、ご協きょう力りよくありがとうございました。提出ていしゅつ率は約やく96%で、たくさんの人ひとが提出ていしゅつしてくれたので、ブルーハワイのかき氷こおり めざを目指めざしてがんばっている様子ようすや工夫くふうしているところなどがよくわかりました。このがんばりを引き続ひきつづき毎日まいにちの歯はみがきにつなげていきましょう。



10月10日の 目の愛護デーを前に・

今いま、2回かい目の視力検査しりよくけんさを各クラスで実施かくしています。1.0が見えにくい人ひとは保健室ほけんしつで再検査さいけんさを行います、前髪まえがみが長い人ながはピンで止とめる・授業中じゅぎょうちゆうの姿勢しせい（グー・ペタ・ピン・ポン）に気きをつけるなど、この機き会かいに目めにやさしい生活せいかつを考かんがえてみましょう。

→ 裏面に レッツゴー体力向上