



げんきっこ

花岡小

R2. 2. 12

今年は、年末にインフルエンザA型が流行し欠席をする児童が多いましたが、今のところインフルエンザによる欠席もほとんどありません。しかし、そうはいつでも2月なので、しばらくは「手洗い・うがい・咳エチケット」を合い言葉にご家庭でもみんなが元気に過ごせるように予防に取り組んでいただきますようお願いいたします。

2月の保健目標

・よい姿勢をしよう！

【3学期の身体測定を終えて・・・】

3学期の身体測定・ミニ保健指導は、かぜ等による罹患者が保健室を利用する可能性が高くなるので、身体測定を教室で行いました。

ミニ保健指導「しっかり噛んで歯ッピーになろう」

〈指導の内容〉

・食事の時に気を付けていることは？

子どもたちの意見

姿勢、マナー、かむこと

- ・噛むことの大切さについて
- ・食べ方チェック
- ・食べ方クイズに挑戦
- ・しっかり噛むために気をつけること

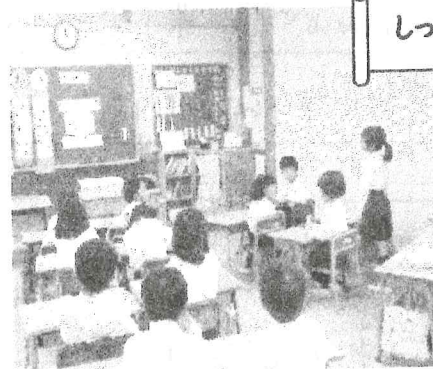


食べ物をしっかりかむとこんなによいことがあるんだね！

しっかり噛むために気をつけることは！

- ・30回は噛もう！
- ・姿勢よく食べよう。
- ・かたいものを食べよう。

「健康カード」は、ご家庭に届きましたでしょうか？成長の記録になりますのでおうちの方で大切に保管されてください。

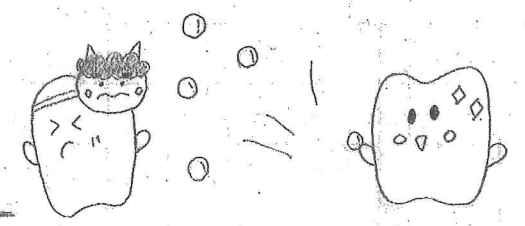


2月のほけん室

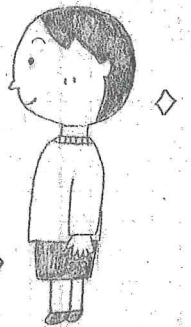
保健委員会では、毎朝の委員会の活動はもちろん月ごとの保健目標のために自分たちは何ができるか考えて意欲的に取り組んでいます。最近、業間にその月の目標にあった音楽をかけて呼びかけの放送をしています。2月は「よい姿勢をしよう」ですが、実は姿勢の曲もあり委員会の子どもたちは、「ぜひ、全校のみんなに聞いてほしい。音楽をながしたいです。」と強くいうので、何回か流したいと思っています。とっても楽しい曲なのでお子さまにもどんな曲か聞いてみてください。



よい姿勢をしよう



寒い日が続いています。手が冷たくなるので、ポケットに手を入れている人はいませんか？背すじをピンと伸ばして、こいい姿勢で過ごしましょう。



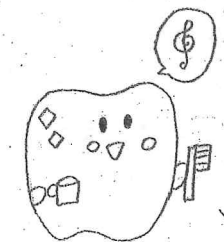
歯ッピーくーねるのベスト感想紹介！！

- 1ねんせい 「しゅくだいやって」っていわれずにできました。
- 2ねんせい しみがきをしてはがきれいになって、けんこうなからたにしたいです。
- 3ねんせい 歯みがきやけんこうをととのえることは大事だと思いました。
- 4ねんせい 最初はまったリズムをとんどんもどせていけてよかったです。
- 5ねんせい 家族で歯をみがくと楽しかったです。
- 6ねんせい 早起きをしていい日に守ることができたので続けていきたいです。

30回！



よくかんで食べていますか？



「ハハ」あとの歯みがきもわすれずにやろう！

1月の身体測定で「かむことの大切さ」についての勉強をしましたね。かむと良いことが4つありました。覚え方は「からから歯だいたいおう」でした。

- ① ... たえきを出しておいしさアップ！
- ② ... いちやうか 元気！
- ③ ... おなかいっぱい感じて食べすぎない！
- ④ ... うのうもさのうもフル回転！

