

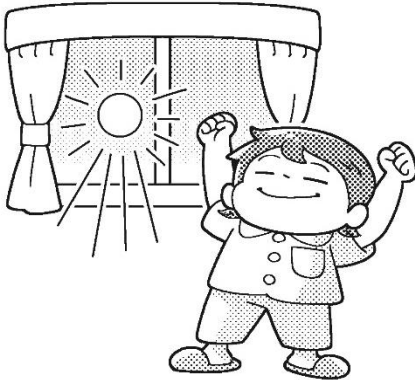


なつ やす
夏休み

生活リズムを整える3つのコツ

コツ1

あさ お につこう あ
朝起きたら日光を浴びる



コツ2

しょく き じ かん た
3食を決まった時間に食べる



コツ3

にっちゅう からだ うご
日中は体を動かす



ちようきやす 長期休みはだらだら過ごしてしまいがちですが、夏休みこそ、生活習慣を整えるチャンス。長いお休みをただ過ごすのではなく、いろいろなことにチャレンジしてみましょう。日ごろの感謝の気持ちをこめて、おうちの人のお手伝いをするのもいいですね! 夏休み明け、元気な皆さんに会えるのを楽しみにしています。

5年生 歯みがき大会

さくねんど 昨年年度、むし歯の児童が多かったことから、5年生も歯と口の健康について学習する時間を作りました。歯肉が健康か観察したり、DVD で正しい歯のみがき方を勉強しました。



しにく かたち いろ
歯肉の形や色、
かたさを確認!
歯肉炎になってないかな?

かがみ 鏡を見ながらいないに
歯をみがきました!



保護者の皆様へ 健康診断の結果を配付しました

1年生はファイルに挟んで配付しています。2~6年生は昨年度配付されているファイルに保管してください。ご家庭で管理をお願いします。

歯みがきカレンダーを作成しました

今年度も保健給食委員会の児童が夏休みにおいて、「歯みがきカレンダー」を作成しました。夏休み中も、むし歯ゼロを目指してぜひ取り組んでみてください!



☆1回みがいた…黄 ☆2回みがいた…赤
☆3回みがいた…青 でイラストをぬろう!

カレンダーは8月29日(金)回収です。