ほけんだより 夏休み号

令和8年７月
田原西小学校
保健室No.6

もうすぐ夏休み！ けんこうな生活のために

休み中も早ね・早起きをつづける



３度の食事をしっかり、おやつはひかえめ



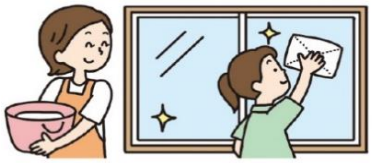
冷たいもののとりすぎに注意



汗をかいたらこまめにふく・着がえる



おてつだいや運動でからだを動かす





夏休みこそ，生活習慣を整えるチャンス！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

5年生で歯と口の健康について学習する時間として「歯みがき大会」に参加しました。歯肉が健康か観察したり，正しい歯のみがき方を勉強しました。



歯肉の形や色，かたさを確認し，歯肉炎かも…と言っている人もいました。

鏡を見ながらていねいに歯をみがきました！
フロスの使い方も学びました。



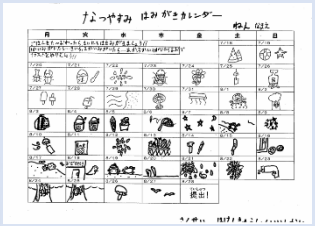
保護者の皆様へ　健康診断の結果を配付しました

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。

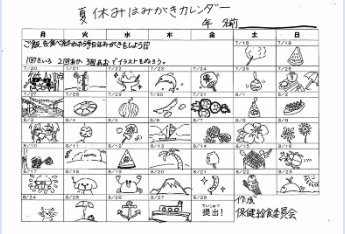
ご家庭で管理をよろしくお願いします。

歯みがきカレンダーを配付しました

今年度も保健給食委員会の児童が夏休みにむけて，「歯みがきカレンダー」を作成しました。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28日（金）回収です。