

関岡小学校ほけんだより

いのち

～いきいき・のびのび・ちからいっぱい～

平成26年6月19日 文責 穴沢友美



今年度の水泳学習が始まりました。子どもたちが楽しく水泳学習に取り組むことができるよう、**朝ごはんをきちんと食べる、十分な睡眠をとる**など、体調管理に気をつけましょう。また、体調のすぐれないときには無理をしてプールに入ることのないようにしましょう。(事故の原因になることもあります。ご家庭での朝の健康観察にご協力をお願いいたします。なお、学校でも朝の健康観察、入水前の健康観察をきちんと行い、お子さんの状況を把握いたします。)

つめも短く切りましょう!!

おなかパンパン!!

12日(木)に学校給食センター栄養士石黒広美先生をお迎えし、バイキング給食を実施いたしました。今年初めて「手巻き寿司」がメニューに加わりました。石黒先生から見本を示していただき、悪戦苦闘しながらではありますが、子どもたちは自分たちなりに考え、楽しみながら巻いている姿がありました。宿泊学習でもバイキング形式の食事になるため、その練習も兼ねての実施となりました。高学年が配膳の仕方を低学年に教えたり、手をさしのべたりする姿が見られました。



梅雨の時期でも気持ちよく

汗をかくことが多い時期なので、週の中日でも運動着を持ち帰ることがあると思います。運動着が2セットある場合には運動着を準備していただき、もし、洗濯をして乾かなかった場合には、**白いTシャツ(ワンポイント可)**などでも代用可能です。

また、ハンカチを2枚にしたり、ハンドタオルなどを準備していただくと子どもたちも汗の始末がしやすいかと思います。よろしくお願いたします。



一生使う歯 = 『第一大臼歯』

14日(土)に歯科衛生士の宮本陽子先生をお招きし、1・2年生と保護者のみなさんを対象に「わたしの歯」について学習しました。

この時期に生えはじめる『**第一大臼歯 = 6歳臼歯**』の大切さ、はたらきについて学習したあと、うがいの練習、ひとりみがきの練習、お家の方の仕上げみがきの講習をしていただきました。

第一大臼歯は、口の中でいちばん大きい歯でありいちばん力持ち!『**歯の王さま**』です。そして、これから生えはじめる永久歯の歯列を整える役目を担っています。

第一大臼歯はほかの歯と高さが揃うまでに、1年近くかかります。その間、歯ブラシが届きにくくなり、お子さんのひとりみがきでは歯垢を十分に除去することができず、お家の方の仕上げ磨きが必要となります。1・2年生の児童に限ったことではなく、3年生以上のお子さんでも夜だけで構いませんので、時間を作りお子さんの仕上げ磨きをしていただければと思います。1・2年生の保護者の皆様、授業へのご協力、ワークシートへのコメントをいただきありがとうございました。



ドキドキ・わくわく・宿泊学習!!

17日(火)に宿泊学習事前健康調査を配付いたしました。**健康保険証のコピーとセットにし、20日(金)までに担任へ提出**下さい。記入していたお子様の健康状態につきましては、職員間で共通理解を図り、子どもたちが楽しく充実した、思い出に残る宿泊学習となるよう支援していきたいと思っております。調査票を提出した後でも、お聞きになりたいこと、不安なことなどがありましたら、何なりとご連絡いただければと思います。宿泊学習まで風邪をひいたり体調を崩したりすることのないよう、おうちでも手洗い・うがいをきちんと行うようお声がけさせていただきたいと思っております。また、気圧の変化により、むし歯が痛むことも考えられます。早めに治療を始めていただき、楽しく宿泊学習が迎えられるように準備していただければありがたいです。

また、学年が上がるにつれて就寝時間が遅くなっている傾向が見られます。那須甲子青少年自然の家までは約2時間バスに乗って移動します。途中くねくねした山道を通ります。睡眠不足ですと、乗物酔いをしやすくなることも考えられますので、**宿泊学習前日の夜は遅くても午後9時**には布団に入るようお子さんへの声かけをお願いいたします。

