

1学期、よくがんばりました！！



入学・進級を経て、一人一人が大きく成長した1学期だったかと思います。いよいよ明日からは夏休みです。長い休みの間に、学校ではできない経験をたくさんし、2学期の始業式には、心も体も成長した子どもたちに会うことを楽しみにしています。

今年も気温が高くなる予報が出ています。熱中症やケガに気を付けてお過ごしください。

歯みがき指導

～1年生～

7月7日(火)、北海道歯科衛生士会の歯科衛生士の方をお迎えして、歯みがき指導を行いました。第一大臼歯(6歳臼歯)を丁寧に磨くことや、おやつを取り方などを学びました。



←北海道歯科衛生士会作成
「歯ッピーえぞぴい！」を歯みがき指導後に配付しています。

～5年生～

「全国小学生歯みがき大会」に参加しました。

🦷 10～14歳の44%が歯肉炎になっていること

🦷 歯ぐきの観察ポイント

🦷 歯ブラシ・デンタルフロスの使い方・実習



←噛む力をチェックできる「もっと!ガム」を配付しています。おうちの人と試してみるよう伝えていきますので、是非おうちでチャレンジしてみてください。

ほけんしつの様子(1学期)

○ 内科的来室

年度初めは「頭痛」が多く、6月からは「腹痛」が増えました。

暑い日が続いています。冷たい飲み物を一気に飲むと胃腸への負担が大きくなり、胃痛の原因になることがあります。こまめに水分補給することを意識しましょう。

○ 外科的来室

一番多いのは「擦過傷(すり傷)」でした。特に登校中の転倒は多い状況が続いています。重いランドセルを背負っているのに、遊んでいるときよりも勢いよく転び、大きなケガにつながることもあります。ゆとりをもって登校できるよう、御家庭でもお声かけください。

お知らせ

～二種混合(ジフテリア・破傷風) 予防接種のお知らせ～

対象：6年生

黄緑色の予診票が入った「二種混合(ジフテリア・破傷風) 予防接種のお知らせ」を、7月15日(水)に配付しました。内容を御確認いただき、接種について御検討ください。

*紛失した場合は、予備がございますので、御連絡ください。

なつ げんき あつい夏を元気にすごそう！！

すいみん

あさ ね じゅんび はじ
「朝から寝る準備は始まっている!？」

にんげん あか め き くら
人間は明るくなると目が覚めて、暗くなる
と眠くなるように体ができているよ!

たいようこう あ つく
太陽光を浴びて作られる「セロトニン」は、
よる ねむ たす
夜になると眠りを助ける「メラトニン」に
へんか
変化するよ!



しょくじ

にち
「1日のエネルギーは朝ごはんから!」

やす ひ は つい に どね さんどね
休みの日はつい二度寝、三度寝、してしま
いますが、朝ごはん、1日のやる気スイッチ
はONに!

ねっちゅうしょうたいさく ひつよう えんぶん きほんてき
熱中症対策にも必要な塩分は、基本的に
しょくじ
食事からとれるので、3食しっかり食べま
しょう!



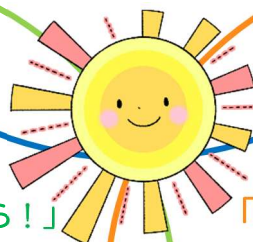
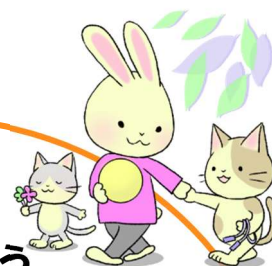
うんどう

「おにごっこも りっぱな運動!」

は ひ そとあそ
【晴れている日は外遊び】

にっしんしょう あいことば なつやす ちゅう いっしょ
日新小の合言葉は夏休み中も一緒!
たいよう ひかり あ よる
太陽の光を浴びると、夜ぐっすり眠れるよ!

スマホやゲームをしないじかんをつく
メディアにも、ぜひ挑戦してみてくださいね。



なつやす
夏休みをおもいっきり楽しんでね!