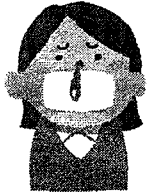




平成 27 年 9 月 10 日
飯地小学校
保健室 12 号

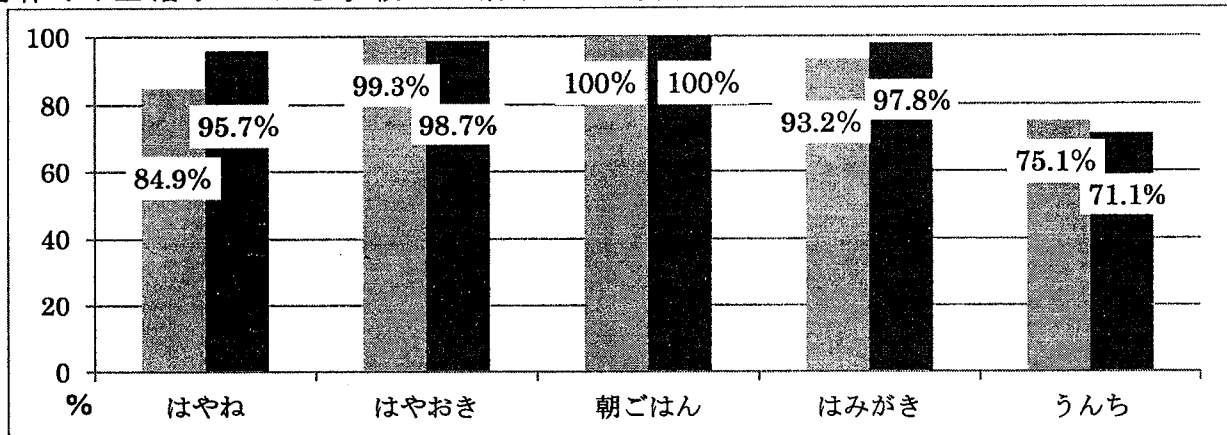
★おうちの人と一緒に読もう。

がつ はい いた はなみず で あたま いた たいちょう ひと
9 月に入り、のどが痛い、鼻水が出る、頭が痛い、体調をくずしている人
ふ え なし ない やす ひと おお
が増えています。恵那市内でも、かぜをひいてお休みをしている人が多いようです。
うがい・手洗いをして、予防をしていきましょう。



いいじっ子 元気アップ大作戦 結果発表！！

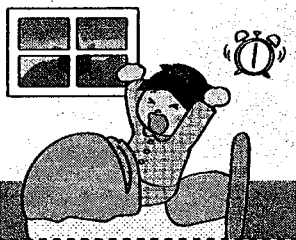
なつやす せいかつ がっこう せいかつ もど せいかつ じっし
夏休みの生活リズムから学校の生活リズムに戻すために、生活アンケートを実施しました。



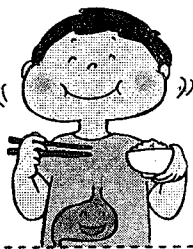
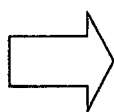
まいとし あさ ぜんいん た うち ひと じゅんび
毎年「朝ごはん」は全員がしっかり食べてきています。お家の人みなさんのために準備
うんどうかい れんしゅう せい いっぱい がんば れんしゅう とちゅう
をしてくれているおかげですね。運動会の練習で精一杯頑張るために、練習の途中で
たいちょう わる せい かつ ととの たいせつ
体調が悪くならないために、生活リズムを整えることがとても大切です。
ただ、心配なのが「うんち」です。毎日の習慣になるように生活を見直しましょう。

朝のうんちんぐタイムをつくろう

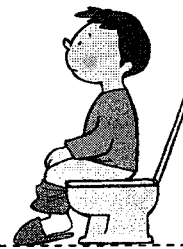
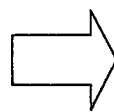
だ おお し あさ
うんちを出す大きなチャンスがいつなのか知っていますか？それは朝にやってきます。
わたし からだ た もの はい ちょう しぜん うご だ
私たちの体は、おなかに食べ物が入ってくると、腸が自然と動き出して、うんちをし
たくなります。「朝ご飯を食べてから、トイレに行く」ということは、とても大切です。



はやお
早起きをして、うんちんぐ
じかん
タイムの時間をつくろう



あさ
朝ごはんをしっかりと
た 食べよう



うんちんぐ
タイム！！

のびたよ！ ふえたよ！

2学期に入ってすぐ、身体測定を行いました。結果を健康手帳で返却いたします。

毎年、1学期の終わりに健康手帳を返却していましたが、4月からどのくらい大きくなったのか、比べやすくするために、今年度は2学期のはじめに健康手帳を返却させていただきました。また、春の健康診断の結果、医療機関を受診していただいて、学校に用紙を提出いただいた場合は、健康手帳にも記載してあります。用紙はないけれど、医療機関を受診もしくはご家庭で対応していただいた場合は、「治療のお知らせ」をつけてありますので、その旨をご記入ください。まだ、医療機関を受診されていない場合は、「治療のお知らせ」をご持参の上、受診をお願いします。

	身長なのび(cm)	体重なのび(kg)
1年生	2. 7	0
2年生	2. 5	0. 7
3年生	2. 2	0. 6
4年生	3. 3	1. 3
5年生	3. 7	1. 4
6年生	3. 0	2. 5



親子カラーテストありがとうございました



ぼくは、おくばのほうで、いっぱいピンクが多くて、上の歯は、おくばのうらがいっぱいピンクがあったから、次はピンクをもっとなくしたいです。(3年生)

かみあわせのところや、うらがわがみがけていなかったの、そこをきれいにみがきたかったです。(4年生)

おく歯のみぞが、きれいにみがけていなかったから、これからは注意してみがきたいです。(6年生)

子どもの磨き残しの部分を気にしながら、仕上げみがきをしたと思いました。私自身も毎年やらせてもらい、気にしながらみがく様になり、昨年と思うと、みがき残しも少なくうれしく思いました。(2年生保護者)

いつもテレビを見ながら、本を読みながら・・・磨いている(くわえている)ので、なかなかうまく磨けていないようです。もう4年生だから、と本人まかせでしたが、やっぱりまだたまには見てあげた方がいいなと思いました。(4年生保護者)

毎年カラーテストを楽しみ(?)にしています。子どももですが、自分自身も歯のどの部分に汚れがたまりやすいかを確認できるからです。知ることによって気をつけて磨けるようになると思います。(6年生保護者)



お忙しい中、『親子カラーテスト』にご協力いただき、ありがとうございました。保護者の方からご感想をいただく中で、ご家庭での奮闘ぶりが伝わってきました。この『親子カラーテスト』で、お子さんの口の中の成長を感じていただき、ご家族全体の歯の健康の増進につながるといいなと思っています。