



すくすく



卒業式も間近となりました。在校生は、お世話になった6年生の卒業を祝いましょう。多忙な時期のため、体調を崩しやすいので、お子さんの体調管理をお願いします。今年度もあとわずかです。今月も学校教育目標「地域とふれあい 人につくす」をめざしてがんばりましょう。

3月の保健目標



☆身のまわりの整理整頓
をしよう
☆歯みがきの仕方を見直そう

春休みも歯をしっかりとみがこう！

むし歯の治療は終わっていますか？

4月になると、すぐに歯科健診が待っています！

短い春休みですが、歯みがきカレンダーを活用しながら、フッ素入りの歯みがき剤を使用して、1日3回食後3分以内に5分間、歯みがきをしましょう。



6年生のみなさんは、いよいよ卒業ですね。これまで慣れ親しんできた校舎や運動場、下級生のお友だち、先生方ともお別れの時が近づいてきました。

羽生南小で6年間がんばってきた歯みがき。みなさんの「光り輝く歯」は、一生の宝物になると思います。

楽しい中学校生活を送るために、春休みも規則正しい生活（早寝・早起き・朝ごはん・歯みがきと朝UNCH）をして、体調を整えてください。

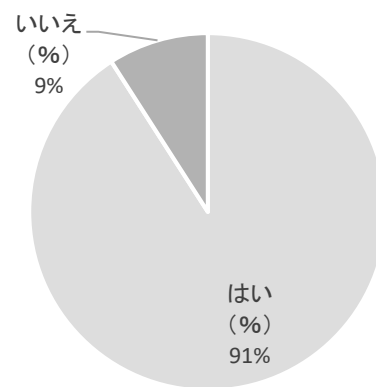
保健室からも、みなさんの活躍を応援しています！！



保健室生活アンケート結果

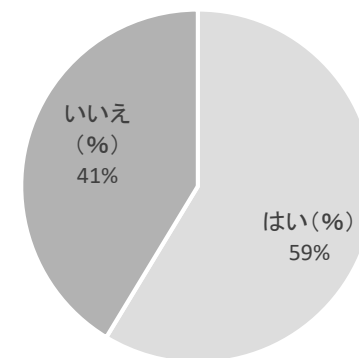
先日全校児童を対象に、保健室からのアンケートを実施しました。低学年と高学年同じ質問の結果を記載します。

1 毎日、朝ごはんを食べる



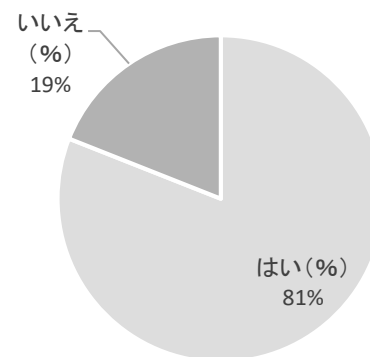
全体で約 1 割の児童が毎朝朝食を食べていませんでした。朝食は、一日元気に過ごすため欠かすことはできません。朝食を食べるように、ご家庭でもご協力をお願いします。

2 1～3年生は9時、4～6年生は10時前に寝る



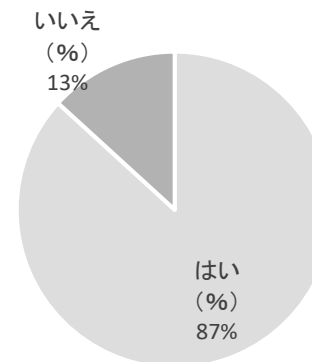
寝る時間が遅いと、朝もおきられません。十分な睡眠は成長期の子どもにとってとても大切です。早寝をするように心がけましょう。

3 朝・昼・タハミガキをする



お昼の歯みがきは、全校児童できていると思いますが、朝、夕の家庭での歯みがきが徹底していないようです。むし歯予防には、やはり1番は歯みがきです。家庭でも歯みがきをするようにしましょう。

4 イライラしても当たらない



87%の児童が、あたらないと回答していました。穏やかそうな児童でも何人かが、あたると回答していました。イライラするとき、落ち着いて6秒数えて、もう一度考えてから行動しましょう。