

えが お



令和4年4月28日

新しい学年になって1か月が経ちました。そろそろなれてきましたか？お疲れ気味の人もいるかもしれませんね。体と心はつながっています。両方が健康で、はじめて元気に生活ができます。自分の体と心の声をよく聞いて、疲れた時には休けいをしましょう。

5月は、暑くもなく寒くもなく、なにをするにもいい時期です。ゴールデンウィークは、スポーツや読書、趣味に取り組むなど、上手にストレスを解消して、5月を元気に過ごしましょう。

こんげつ ほけんもくひょう 今月の保健目標

<保> 身のまわりを清潔にしよう。

<歯> 順番を決めて歯みがきをしよう。

歯と口の健康に関する 標語について

標語のプリント裏面の説明をよく読んで取り組んでください。1、2年生はお家の方と一緒に考えてみてください。ユニークな作品をお待ちしています！

5月6日(金)まで

保護者の皆様へ

健康診断の結果をお知らせします

学校で行う健康診断は、学校生活に影響がある病気や異常の「疑い」を見つけるためのものです。病院に行っても「異常なし」となる場合もあります。

でも早期発見・早期治療で治る病気が見つかるかもしれません。受診をすすめるお知らせをもらったなら、なるべく早く専門医でみていただくようお願いします。

げんき★クイズ

\\ これなんだ? //

つつつつつ

ヒント 骨の名前だよ

こころ：まごころ

★健康グランドスラムについて★

健康は毎日の積み重ねでつくられます。よい習慣を今、身に付けることが、一生健康な生活を送るカギとなります。「心身ともに健康な生活を自ら考え実践できる(学校保健目標)」よう、以下のような人を表彰していきます。

- スーパー歯っぴーマスター**……歯科健診で口の中に治した歯とむし歯、歯垢、歯肉炎、初期むし歯がない健康な歯の**歯っぴーマスター**……歯科健診で口の中に治した歯とむし歯がない健康な歯の人
ごほうびシール……治した歯があるが、むし歯と歯垢、歯肉炎、初期むし歯がない人
- スーパー歯みがきマスター**……1回目で歯みがき名人(青シール)3回以上取った人
歯みがきマスター……2回目までに歯みがき名人(青シール)3回以上取った人
ごほうびシール……3回目までに歯みがき名人(青シール)3回以上取った人
※カラーテストは、3年生以上を対象に年間5回行います。
- スーパーエチケットマスター**……エチケット検査で年間一度も忘れなかった人
エチケットマスター……エチケット検査で年間忘れたことが5回までの人
ごほうびシール……エチケット検査で年間忘れたことが7回までの人
※エチケット検査は、月1～2回行うつめ・ハンカチ・ティッシュの検査です。
その他、突げきエチケット検査(連絡なしのハンカチ・ティッシュ検査)が月1回あります。
- スーパーランチマスター**……完食しらべで給食を減らさず完食できた人
ランチマスター……完食しらべで給食を減らして完食した人
各学期で5日間 合計15日で3回まで残してOK!
ごほうびシール……完食調べで残した日が5回までの人
※1年生は1学期から実施しますが、2学期からの結果でマスターを認定します。
- スーパー元気マスター**……学校をカゼなどで年間一度も休まなかった人
元気マスター……学校をカゼなどで年間一度も休まなかった人(出席停止はOK!)
ごほうびシール……学校を休んだ日が年間で1～3年生は7日、
4～6年生は5日までの人
- ◎**スーパー健康グランドスラム**……上のマスター5つの内4つだった人
※2月末にマスターの認定を行います。