

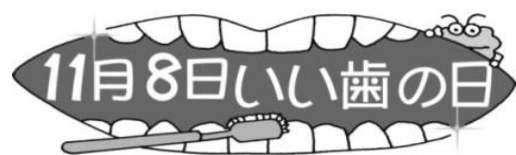
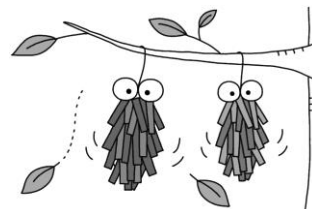
ほけんだより 11月

平成26年11月6日

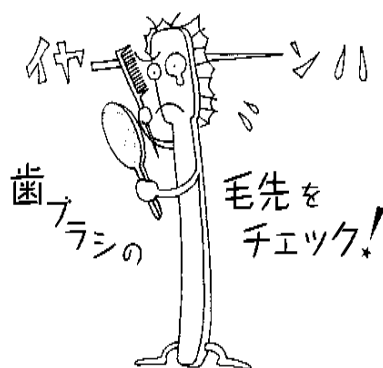
笹岡小学校 保健室

あさゆう ひ こ ひょうこ はくちょう かず おお ふゆ ちか さむ
朝夕ぐっと冷え込んできました。瓢湖の白鳥の数も多くなってきました。冬が近づいてきました。寒

せなか まる さで背中を丸めていたり、ポケットに手を入れて歩いていたりしている人はいませんか？
あたた うわぎ き 暖かい上着を着て、マフラー、手袋などを上手に使って、背すじをピンと伸ばしてかっこよく歩きましょう。



歯ブラシの毛先は、広がっていませんか？



きゅうしょくご は 給食後の歯みがきのようすを見ていると、歯ブラシをかんでいる人がいます。歯ブラシをかんでいると毛先が早く広がってしまいます。せっかくみがいていても、歯のよごれが落ちません。歯ブラシはかまないで、軽い力で、1本1本みがく気持ちで、歯をみがきましょう。

11月10日「いいトイレの日」

トイレをきれいに使っていますか？

こうない かく 校内の各トイレをチェックしていると、トイレトーパーが散らかっていたり、大便の流し忘れや床を汚してもそのままになっていたところがあります。みんなで使うトイレです。気持ちよく使うためにもトイレを出る前にチェックしましょう。



11月のめあて

姿勢を正しくしよう。



せすじ 背筋がぴーんと伸びていてかっこいいです。

せなか ねこ 背中が猫のようになっ
うに丸くなっ
ていませんか。

もうすぐ

げんき 元氣ハツラツ家庭学習週間

げんき かていがくしゅうしゅうかん 元氣ハツラツ家庭学習週間では、「6時30分まで起きた」「朝ごはんは食べた」の項目があります。1学期の週間では、5日間約束を守れた人の割合は、「6時30分まで起きた」66.5%、「朝ごはんは食べた」89.9%でした。6時30分まで起きた人の割合が少なかったです。



きせつ あさきむ はや お 今後の季節は、朝寒くて早く起きることがつらくなってきますが、学校が始まる2時間前までには起き、朝ごはんを食べ、しっかりと「脳」を目覚めさせてから登校しましょう。家に帰ってからの時間の使い方もふり返ってみましょう。

