

# こころとからだ

平成28年11月4日  
第6号 新井北小学校  
保健室から保護者の皆様へ

朝晩は寒いくらいの日もあり，日中との温度差や寝冷えで，体調をくずしやすい季節です。新井北小でも咳や鼻水のお子さんが目立ってきました。お子さんの朝の様子を見て，体調が悪い時は無理をさせず，早めに休養させてください。咳が出る場合はマスクの着用をよろしくお願ひします。



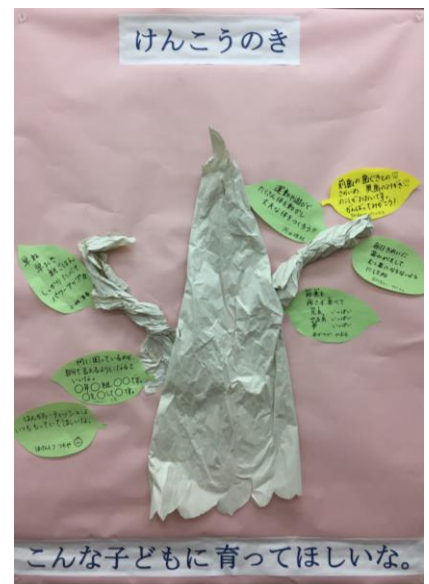
## けんこうのきプロジェクト

保健室に「けんこうのき」を掲示しました。健康は何にもかえがたいものです。「こんな子どもに育ててほしいな」という願いを葉っぱに書いて掲示していこうと思っています。保健室にくるお子さんに、「先生これってどういう意味？」と聞かれ，健康の大切さを説明しています。

ぜひ保護者の皆様の思いもお子さんに伝えたいです。学校にお越しの際は保健室に立ち寄っていただき，葉っぱの記入にご協力いただけたらと思います。

例

- はんかちとティッシュはいつもポケットに入れておく。
- 苦手な物も一口食べる。



## むし歯は早めの受診をお願いします！

秋の歯科健診が終了しました。秋の歯科健診の結果，異常なしのお子さんは「異常なし」と書いてある用紙を，むし歯のあったお子さんと1学期の歯科健診で歯垢の付着・歯肉炎・歯石の指摘がありまだ受診をされていないお子さんに受診をお勧めする用紙をお渡ししました。むし歯は早めの受診をお願いします。



学校歯科医の内山先生から「口の中がとってもきれいなお子さんとそうでないお子さんにわかれていますね。」「前歯の歯と歯ぐきの境目，奥歯のみぞがみがけていないお子さんが多いですね。」とご指導をいただきました。

ご家庭でお子さんの歯みがきの様子を見ていただき，歯を1本ずつ意識してみがくような声かけや低学年では仕上げみがきをしていただけたらと思います。

妙高市学校保健会

# 研究協議会のご案内

テーマ

「元氣いっぱい 笑顔かがやく 妙高っ子」

～食事と運動から 朝！元氣スタート～

日時：平成28年11月29日(火)

15:05～ 16:20

(14時30分からよい歯の表彰式を行っています。)

会場：新井市総合コミュニティセンター

2階 大会議室

## 協議会内容

- ① 妙高市の子ども体格と実態について

妙高市健康保険課 管理栄養士 池田まゆみ 様

- ② ラジオ体操をしよう！

2級ラジオ体操指導士 安藤真一 様 鷲澤正男 様

- ③ 感想とシェアリング



事務局：妙高市学校保健会事務局

妙高市立新井小学校

電話 72-2612

どなたでも参加できます。お誘い合わせてご参加ください。おみやげ付きです。

ご参加よろしくお願ひします！！ 保健室 土屋へお申し込みください！！

