

保健だより

平成24年11月8日
妙高高原南小学校
お家の方へ

11月の保健 健康な体づくりをしよう

メディアコントロールが習慣になり、生活リズムを整えましょう！

第3回すこやか週間がはじまります

11月9日(金)
～15日(木)

今回は、**メディアコントロール週間**として、**妙高高原地域の子どもたちが一斉**に取り組みます。(しらかば幼稚園、わかば保育園、妙高高原南・北小学校・妙高高原中も同日)また、**家庭学習強調週間**と**読書週間**も併せて行います。ぜひ、取り組みにご協力ください。

★テレビ・ゲームの時間

平日2時間・休日3時間以内を守って生活すること。

★「すこやかカード」活用 <11月19日学校提出>

頑張る予定や目標を考え実行すること。

おうちの方からのひとこと欄もあります。ご記入よろしくをお願いします。



お知らせとお願い

○妙高高原地域子ども健康作り協議会より

今年度の取組「メディアコントロールができる子どもを育てよう」という内容で、**12月7日(金)15時20分～16時30分まで研修会が予定**されています。元気っ子委員会の子どもたちも参加します。ご都合のつく方は、いかがですか？依田までご連絡ください。

○歯の治療はお済みですか？

治療のおすすめ用紙が届いているお子さんは、早めに受診ください。届かなかったお子さんは異常なしです。

検診後の様子から、乳歯(子どもの歯)をむし歯のまま放置しているお子さんは、永久歯(大人の歯)をむし歯にしてしまう確率が大変高いです。一度**きちんと治療をして、歯磨きの習慣**をつけましょう。小学生はまだ仕上げみがきが必要です。スキンシップの場でもあります。大事にしてほしいと思います。

