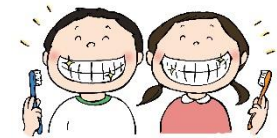


🦷🦷🦷🦷🦷🦷 歯みがきカレンダー・子ども達の感想 🦷🦷🦷🦷🦷🦷

- ・はみがきをしているとなれてきてたのしくなった。(1年生)
- ・3回みがくのはいたいへんだっただけどがんばりました。(2年生)
- ・毎日しっかりみがけて歯がピカピカになりました。(3年生)
- ・毎日3回はみがきをしたい。(4年生)
- ・めあてで書いた前歯20秒、奥歯20秒ができた。(5年生)
- ・めあてで書いたデンタルフロスを毎日する、染め出しで赤くなったところを意識してみがくことができた。(6年生)



2月の保健目標 **心の健康について考えよう**

家庭数で配付

令和6年2月1日
春日部市立宮川小学校
保健室

旧暦では2月を「如月」と呼びます。語源には、寒さで着物を重ねる「衣更着」、季節が陽気になり始める「気更来」などがあります。厳しい寒さの中、春の気配もかすかに感じられるようになってきました。4月からの新生活に向けて、心と体のウォーミングアップを始めておきましょう。

親子で歯みがき名人になろう

保護者の方の代表的なメッセージを選んでみました。

- 1年生：磨き残しが多かった奥歯を中心に仕上げ磨きを行い、歯と歯の間もチェックしていきたい。
- 2年生：丁寧にみがけていると思いますので、仕上げも丁寧にしていこうと思います。いっしょにがんばっていこうね！
- 3年生：意外と前歯の上の方がみがけていないと分かりました。歯みがきをしている時に、声かけしてあげようと思います。
- 4年生：ニッコリ笑った時に白い歯だと気持ちいいね！
- 5年生：赤い部分が少なくなっていたね！歯医者さんで習ったみがき方のおかげかな？これからも続けていこうね！
- 6年生：ズーっとむし歯ゼロでいられるように、毎日1本1本ていねいにみがいて下さい。鏡とフロスを使う事も忘れずに、歯があることを大切にして下さい。

1月の発育測定の結果(平均値)

	男子			女子		
	測定人数	身長 (cm)	体重 (kg)	測定人数	身長 (cm)	体重 (kg)
1年生	12	120.6	22.2	8	118.5	23.3
2年生	11	129.1	29.6	12	126.7	28.7
3年生	20	133.0	28.4	9	133.3	30.1
4年生	24	137.5	35.1	9	133.7	30.5
5年生	8	144.3	45.0	15	146.1	38.5
6年生	23	149.5	42.7	11	151.2	43.8

身長・体重で気になる事がありましたら、保健室にご相談ください。

🏠🏠🏠🏠🏠🏠 **健康カードをご確認ください** 🏠🏠🏠🏠🏠🏠

本日、「健康カード」を配付しました。1月の身長・体重をご確認いただきましたら、表紙に保護者印を捺印の上、2月5日(月)までに学校に返却してください。なお、6年生は返却の必要はありません。記念にお持ちください。

地域学校保健委員会をおこないます

日時：2月14日(水) 午後1時30分～3時00分
場所：豊春中学校 体育館
テーマ：「緊急事態発生！その時自分たちにできること」
講師：春日部市消防本部 警防課



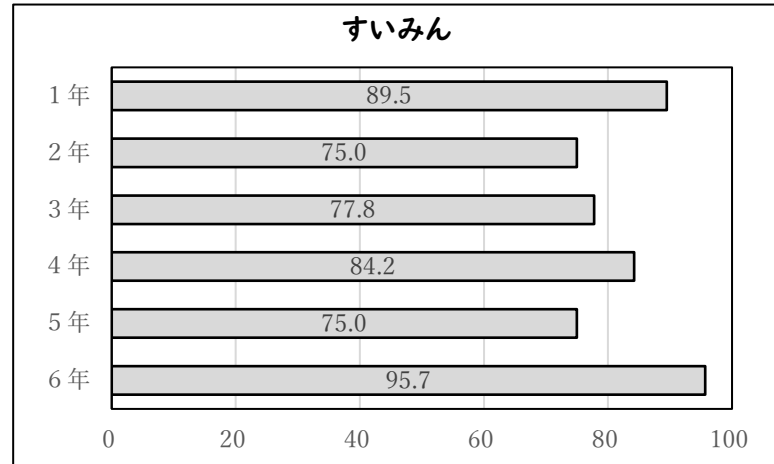
生活リズムチャレンジカード ご協力ありがとうございました！

「生活リズムチャレンジカード」へのご協力ありがとうございました。保護者の方も、お忙しい毎日の中でお子さんへの声かけ等大変だったと思います。毎日お子さんが頑張っていて取り組んでいる様子がわかり、大変嬉しく思いました。温かいコメントもありがとうございました。

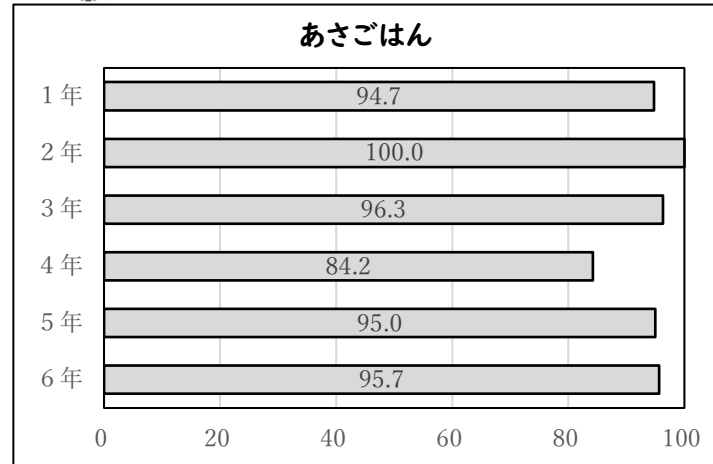
以下のグラフは3学期の生活リズムチャレンジカードの全校の結果です。5日間全部できた人の値になります。全体的に うんどう アウトメディア はみがき（朝）の3項目が難しいことがわかりました。この3項目を意識して生活できるといいですね。



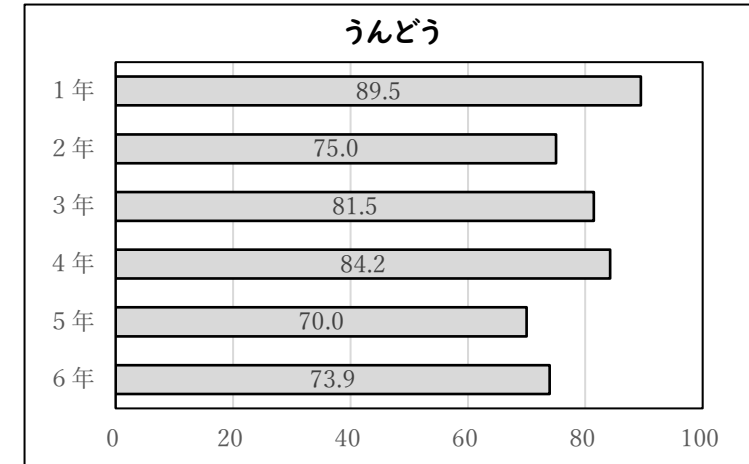
すいみん：全校平均→82.8%



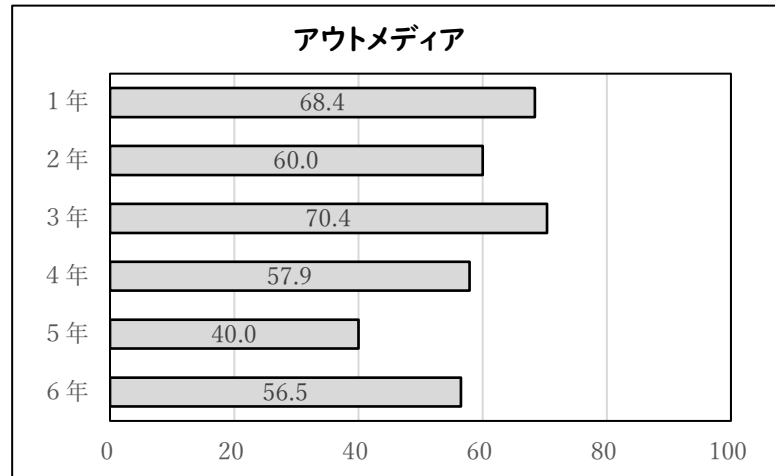
あさごはん：全校平均→94.5%



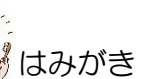
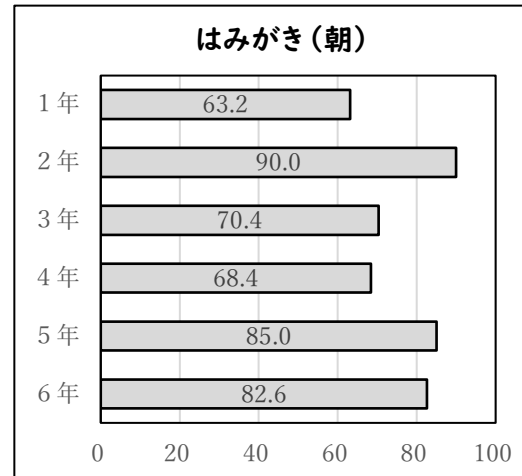
うんどう：全校平均→78.9%



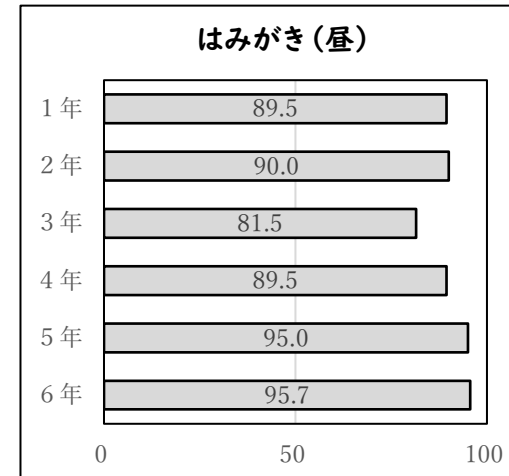
アウトメディア：全校平均→59.4%



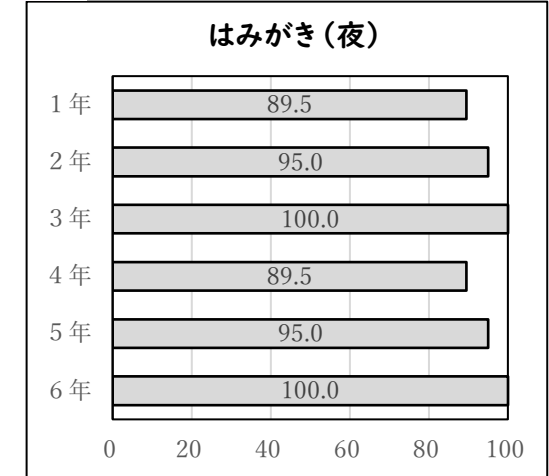
はみがき（朝）：76.6%



はみがき（昼）：89.8%



はみがき（夜）：95.3%



<おうちの方からのコメント> 1年生：はやねをいしきしてがんばれました。ひきつづきたくさんねて大きくなあれ！ 2年生：自分からすすんで時間などを気にしていました。これからもやっつけていきましょうね。 3年生：学校で鬼ごっこをしたり、家でも体力貯金をやったりがんばっています。 4年生：すいみん・朝ごはんとがんばって取り組んでいました。継続していけるよう見守っていきたいと思います。 5年生：歯みがきは4回するようになりました。筋トレも毎日やっています。 6年生：ほとんど◎がつかましたね。すばらしい！生活リズムをととのえることは、心と体の健康につながります。続けてくださいね。