

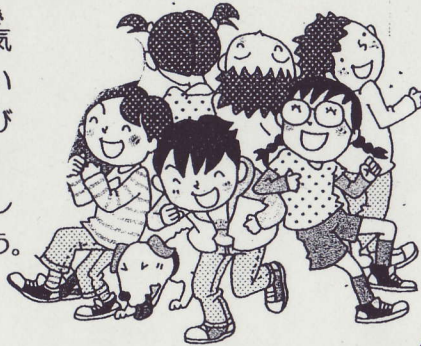
ほけんだより 11月

瀬部小学校 平成20年11月5日

おいしいものいっぱい秋

急に朝晩と寒くなりました。かぜをひかないように気をつけましょう。朝晩は寒くても、日中はまだまだ暑い日もあるので、長い放課時間は、運動場でしっかり遊びましょう。

秋は、りんごや柿、大根に白菜など、食べ物のおいしい季節です。季節のおいしい物をしっかり食べましょう。



今月の保健目標

かぜをひかないようにしよう

インフルエンザから身を守るために

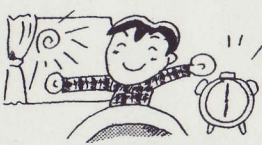
外で元気にあそぼう



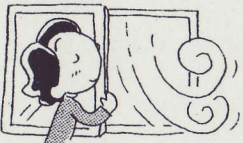
うがい・てあらいを
わすれずに



きそくたしい生活を
しよう！



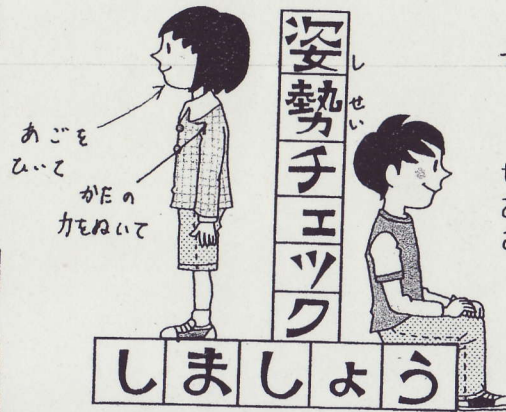
まどをあけて、空気を
いれかえよう



すききらいしないで、
なんでもたべよう



あせをかいたら、すぐ
ふこう



正しい姿勢で、いすにこしかけて授業を受けていますか？

せすじをピンとのばして！ と
おうちの人や先生から言われた
ことはありませんか？

保護者の方へ

短い秋ももうすぐ終わりです。木の葉がはらはらと舞い落ちるようになると、冬の到来です。まだ、日中の暖かいうちに、しっかり外で遊ばせましょう。長い放課に外でしっかり遊んでくる子は、汗だくです。汗の始末が自分でできるとよいと思います。

おたふくかぜで欠席する子がぼちぼちいます。子どもの体調に気をつけてください。

食欲の秋です。果物も野菜も豊富に出回ってきました。食物繊維やビタミンをしっかりとって、健康に過ごしましょう。

歯や目の治療は終わりましたか？

およそ45%の人の歯の治療が終わりました。

治療がまだのお子さんには、治療のお勧めを渡しますので、できるだけ早く治療をしてください。

4日から視力検査を行います。その後、眼科の校医の先生にみていただき、受診の必要な人には、お知らせします。

11月10日(月)～14日(金)は、はみがき週間です。毎日、給食後に歯みがきをしています。この日は、特にしっかり磨かせたいと思います。