

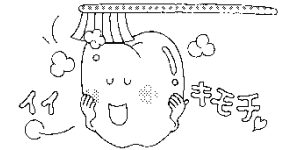


すまいる

はみが 歯磨きカレンダーから...



2学期の終わりに全校集会や保健だよりで、冬休みの歯磨きについてお話ししました。食後に磨く習慣をつけることを目指して取り組んでくれた人もいましたが、全体としては夏休みより1日3回磨く人が少なくなっていました。歯磨きは、虫歯だけでなく色々な病気の予防にもつながることがわかっています。50年後も歯と体が健康でいられるように歯磨きの習慣を身につけましょう。



けいぞく ●二計測があります

はついく じょうたい しら 発育の状態を調べます。



☆中休みに行います。Tシャツ、短パンの準備を!

- 1月19日(木) → 1. 2年男子
- 1月25日(水) → 1. 3年女子
- 1月27日(金) → 5. 6年

身長・座高をはかるときは髪型にも注意!



※19日に低学年の男子を行った後、

次の週に女子の測定を行います。

忘れずに、準備をしてくださいね。

<身長・体重測定の受け方> *静かにのってください

- 肩の力をぬいて、腕をまっすぐおろします
- 背中、おしり、かかとが柱につくようにします
- あごをひいて、まっすぐ前を向きます

- 体重計の真ん中に静かにのります
- 体重計の上では、体を動かさないようにします

