

さわやかだより 10月

高岡市立古府小学校保健室 令和5年9月29日

高岡市内で新型コロナウイルス感染症が流行している学校が多いようです。本校でも、9月に何人か感染の報告がありました。

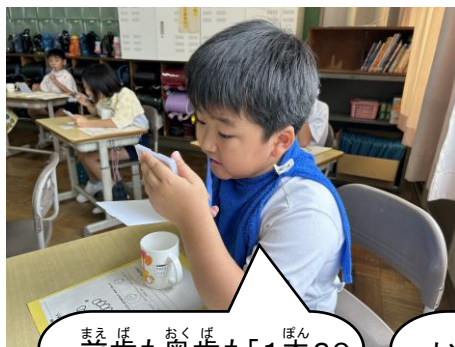
インフルエンザは、今のところ本校で感染の報告はありませんが、富山県は9月20日に流行入りしたと発表されています。

朝晩は気温がぐんと下がる日もあり、体調をくずしやすい時期です。かぜやインフルエンザ、新型コロナウイルス感染症を予防するために、予防策を十分にとりましょう。



2年生「歯みがき名人になろう」の学習を紹介します

歯ブラシの向きや動かし方を工夫して、歯みがき名人になるにはどのようなみがき方をしたらよいか考えました。自分たちで見つけたみがき方に名前を付け、「ぴかぴか週間」に取り組みました。



「歯の王子さま」(6歳臼歯)は、いちばん大きくて、かむ力も強いよ!でも、むし菌になりやすいんだ...



前歯も奥歯も「1本20回」、「こちょこちょみがき」、「えんぴつの持ち方」が大事だね。

いちばん奥に生えている「歯の王子さま」は、背が低いから、歯ブラシを横から入れるといいね。

「私は『たてななめみがき』をがんばります。どうしてかという、むし菌を倒せるからです。歯みがき名人になれるかもしれません。(2年 T.W)

学校ホームページにも授業の様子が出ていますので、ご覧ください⇒



歯のキャラクターが決定しました

保健委員会では、古府っ子のみなさんがさらに歯っぴーな生活が送れるように、歯のキャラクターを募集しました。応募作品の中から、三つのキャラクターが決定しました。



1年生の保護者の方へ
・1学期に行った心臓検診の結果、精密検査が必要なお子さんには個別にお知らせしました。連絡がなかった方は、「異常なし(精密検査の必要がない)」ということですので、ご了承ください。

がつとおかめ あいご 10月10日は、目の愛護デーです

私^{わたし}たち^{わたし}目を

マモルン



わたし
私は **まぶた**

まばたきをして、目にゴミが
はいるのを防いだり、目が乾燥
するのを防いだりしているよ。

ぼく
僕は **まゆげ**

目に汗が入るのを防いだり、
日差しが強いときに目元に
陰を作ったりしているよ。



わたし
私は **なみだ**

目の乾燥を防いだり、目に
入ったゴミを洗い流したり
するよ。



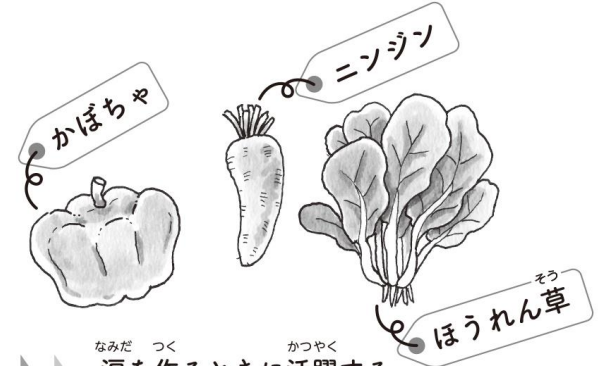
オレは **まつげ**

目にゴミが入るのを
防いでいるよ。

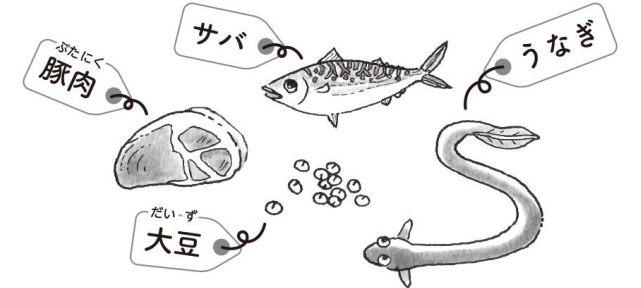


いろいろな役割をしながら、大事な目を守ってくれているよ。
目を守るために、自分でできることもあるよ。

それは目を使い過ぎないこと。スマホなどの画面を見るときは、30分に1回は休憩をしてね。



なみだ つく かつやく
涙を作るときに活躍する
ビタミンAが豊富です。



しりよく てい か ふせ こう か
視力の低下を防ぐ効果がある
ビタミンB1が豊富です。



め じゅうけつ つか かいふく
目の充血や疲れを回復する
ビタミンB2が豊富です。

