



6月保健目標
は
歯を大切にしよう

6月に入り、雨が降る日が続いていますね。体調を崩す人も増えていますので、もう一度生活の見直しを行うよう、お声かけください。(十分な睡眠・栄養バランスのとれた食事・適度な運動・手洗いうがい)

保健指導を行いました！

朝学や業間休みを使って、保健指導を行いました。

前半は今の生活をふり返る活動をし、後半は朝ご飯の大切さや内容について学習しました。

《みんなでの生活ふり返り活動結果について》

Q 毎日、朝ご飯を食べていますか？

⇒約9割の児童が毎日朝食を食べていましたが、
食べていない児童もいました。



Q 毎日、朝・昼・夜（3回）歯みがきをしていますか？

⇒毎日できているのは、約3割の児童でした。

「平日は、朝するのを忘れていることがよくある。」や「休日は、昼にしていなかった。」と言っている児童が約7割いました。

歯みがき習慣を身につけてほしいです。

Q 毎日、しっかり睡眠がとれていますか？

⇒約7割の児童が早く寝ることができていました。

約3割の児童が、勉強や習い事で寝られていないということでした。

Q 手洗い・うがいはきちんとしていますか？（給食前・食事前・帰宅後など）

⇒約7割の児童が「毎回している」と答えていました。

Q 手や足のつめは、短く切っていますか？

⇒約半数の児童しか切っていませんでした…。

これから、水泳指導も始まります。自分が怪我しないためにも、周りの友達を怪我させないためにも短く切ってくるようにしてください。

Q 自分の体について知っていますか？（健康診断結果など）

⇒約5割の児童が「知っている」、約2割の児童が「知っていることと知らないことがある」、約3割の児童が「全く知らない」という結果でした。

学校では、健康診断をする前に「各検診でどのようなことを調べているのか」検査目的を児童に伝えています。自分の身体について興味をもつことからスタートだと思います。自分の身体について知り、いずれは自己管理能力を身につけてほしいです。

★歯みがき大会について★

6月4日(火)～6月10日(月)は歯と口の健康週間でした。

5年生が「全国小学生歯みがき大会」に参加しました。日本歯科医師会主催で、第82回目です。DVDを見ながら、クイズに答えたり、歯ブラシやデンタルフロスを使って磨き方を学んだりしました。

子どもたちは、自分の歯ぐきの状態を観察したり、鏡を見ながらデンタルフロスや歯ブラシを使ったりと真剣に取り組んでいました。



学校保健安全委員会 あいがとうございました

6月10日(火)に第1回学校保健安全委員会を行いました。山口消防防災探究会から2名、指導にきていただき、救急法(胸骨圧迫・人工呼吸)について、5・6年生と保護者の方と実践的に学びました。



14:30～保護者と教員対象に、水の事故対応や水の事故防止について、詳しく分かりやすく教えていただきました。実際に起こった水の事故の映像等も見させていただき、プール監視と救命法を習得しておくことの大切さを再認識しました。来年度も山口消防防災探究会の方にお問い合わせしたいと思いますので、保護者のみなさま、積極的にご参加ください。

第1回 すこやかにしきチャレンジ 6月17日(火)～6月23日(月)

宇佐川小学校、錦中学校と3校合同で実施します。

就寝時刻・体力づくり時間・メディア使用時間・学習時間を意識して生活するように学校でも指導しますのでご家庭でもお声かけよろしくお願いします。生活リズムを見直し、毎日が健康的で充実した時間になると良いなと思います。今年度は、部門ごとに表彰をすることも考えています。

錦清流小学校のみなさん、がんばりましょう！！

よい歯のコンクール出場 錦清流小学校代表 6年生 原田慎司さん

