

令和 4年 10月17日 東久留米市立第七小学校 校 長 伊藤 幸一

10月の健康目標 目を大切にしよう

だんだんと うしくなり、 教がやってきましたね。このような 季節の 変わり 自には 体調をくずしやすくなります。その 白の 気温や 体調にあわせて、 着るものをこまめに 調節してください。 ぬいだり、 着たりしやすい 脱をうまく使ってみましょう。 また、 体調が 悪い 時には 草めに 様むようにしましょう。



10・11月の保健行事

月日	項目	対象者
10月28日(金)	秋の歯科検診	4・5・6年・しらゆり
11月8日(火)	秋の歯科検診	1・2・3年

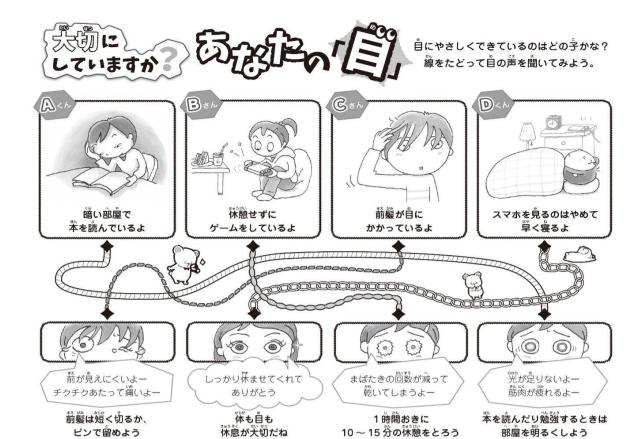
朝食後に、ていね いに歯をみがいて きてください。

9月身体計測の結果

9月に身体計測を行い、健康カードを配布しました。七小の子どもたちの各学年の身長・体重、4月からの成長の平均をお知らせします。

	男子				女子			
	身長㎝	体重kg	4~9月 身長伸びcm	4~9月 体重伸びkg	身長㎝	体重kg	4~9月 身長伸びcm	4~9月 体重伸びkg
1年	120	23.5	2.5	1.6	118.5	23.2	3	1.2
2年	124.7	25.2	2.7	1.2	125.1	25.4	2.8	1.2
3年	132	31	2.6	1.9	130.2	28.6	2.9	1.8
4年	136.4	34.5	2.6	1.7	138.7	34.6	3	1.8
5年	142.7	39.8	2.1	2.7	144.4	37.3	2.7	2.1
6年	149.8	43.8	3.3	2.1	149	42.7	2.3	1.7

| ・ | う | し | を | で | で には | し | き があります。4月から1mmでも 伸びていれば OK!



こうくうえいせいしどう おこな 口腔衛生指導を行いました!

9角に3年生・6年生・しらゆり学級を対象に口腔衛生指導を行いました。感染予防のため、亡の 中を見ることはできませんでしたが、どのクラスも真剣に話を聞いてプリントに記戈している姿が見られました。一年首分の歯で食べられるようにこれからも歯を失切にしていきましょう!

~みんなの感想~

3年生

- ○しこうがたまりやすい場所がわかったからそこをはみがきでみがいてむし歯ができないようにする。
- ○むし歯ができないようにおかしのルールを守ろうと思います。
- ○ていねいなうがいのしかたがわかった。
- ○さいきんのかたまりからむし歯ができると知りました。

6年生

- ○はみがきで力を入れすぎないようにする。
- ○歯の内側も意識してみがくようにする。
- ○歯肉炎、むし歯のこわさを知ってこれからも気をつけてていねいに歯をみがきたい。
- ○歯みがきのポイントを意識してはみがきをしようとおもいました。

