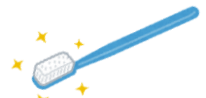




2024年も残りわずかになりました。今年1年、どんなことが心に残っていますか？お子さんと一緒に思い返し、反省することも大切ですが、良かったことや頑張ったこともたくさん思い出して、新しい年へのエネルギーにしていけることも必要だと思います！寒さが厳しくなってきますが、冬休みも生活リズムを大きく崩さず、規則正しい生活を心がけ、楽しい冬休みを過ごしてください。

- 歯科・視力・耳鼻科等の「受診連絡票」が学校に提出されていない御家庭には、過日再通知させていただきました。行き違いで受診済の方は、担任まで御連絡ください。未受診の場合は、お子さんの健康のためにも、早期受診をお勧めします。
- 歯みがき習慣の定着を目指し、今年も「冬休み歯みがきカレンダー」をロイロノートで配布します。最後にお子様への励ましのコメント、また併せましてロイロノートに添付されている「生活に関するアンケート」にお子さんと一緒に御回答いただけますよう、御協力をお願いします。
2学期に使用していた歯ブラシのチェック・交換も、冬休み中にお願いします。
- 本校の2学期のインフルエンザのり患報告は数名(12/24現在)と大変少なく、大きな流行も学級閉鎖対応もなく過ごすことができました。(ちなみに昨年度の今三小児童のインフルエンザり患報告は125名(R5年度2学期)でした。)日光市内では流行が始まっています。
冬休み中も引き続き御注意ください。
- 「脳脊髄液減少症」(栃木県保健福祉部健康増進課)の資料を添付いたしましたので御覧ください。



食べ過ぎに気をつけて

年末年始は、家族で親せきと食事を楽しむ機会が多くなります。クリスマスのチキンやケーキ、お正月のおせち料理やお雑煮など、今から楽しみにしている人もいるでしょう。

でも、食べ過ぎはいけません。「もうちょっとだけ…」とつい食べ過ぎてしまうと、気持ちが悪くなったり、おなかが痛くなったりするかも!?

自分のおなかと相談して、ほどよく食事を楽しみましょう。



体を動かすと、きもちがいいよ!



東山書房・健康教室より

～お世話になりました 健康教育～

10/4(金)3年喫煙防止教室「たばこの本当の話」

講師:日光市健康課の皆様



児童の感想より

たばこがこんなにきけんだということを、はじめて知りました。近くにいる人にもえいきょうが出ることもわかりました。20才になっても、私は絶対すいません。

11/29(金)6年ブラッシング指導「歯と口の健康」

講師:学校歯科医 柴田歯科クリニックの皆様



適当に歯みがきしていたら将来後悔するけれど、ちゃんと意識してみがいていけば、むし歯にならずに生きていける。健康な歯を守っていきたいと思いました。