

ほけんだより 6月

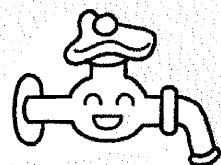
宮小 学校
令和3年 6月1日

気温がだんだん上がって、汗ばむ季節となりました。毎日の検温、マスク着用が身について長時間マスクを着用していると、暑くて外してしまいがちですが、そんな時は顔を洗ってからマスクを着けてみるということです。気分がスッキリして、マスクを着けても快適に過ごせます。感染症予防のために、登校してから石けんで手洗いするように指導していきます。ハンカチやタオルはいつでも清潔にして持ってきてください。



手洗いで、ウイルスに負けない元気な体づくりをしよう！

宮小 学校では泡タイプと液体タイプ、2種類の石けんを使っています。皆さんはどちらがお好みでしょうか？



あわ せっ
泡タイプの石けん

or

えきたい せっ
液体タイプの石けん

ワンプッシュで細かい泡が出て、爪の間や指と指の間で石けんがとどく、泡タイプ♪泡をよく見ずに洗い流していた君！今こそ泡石けんがついた手を、よく見てください。ジュワッと手に広がって、手の全体に広げてさらに泡立てることで、除菌能力が高くなるんです。この除菌能力を高めるのは、泡タイプの石けんを手につけたあなた次第！



手のひらに出して自分で泡立てることで、洗っている時間が長くなり、頑固な汚れにもってこいの液体タイプ♪泡立てずに洗い流していた君！今こそ液体石けんがついた手を、よく見てください。手のひらからこぼれる前に、しっかり泡立てることで除菌能力が高くなるんです。この除菌能力を高めるのは、液体タイプの石けんを手につけたあなた次第！



ほけんもくひょう
6月の保健目標

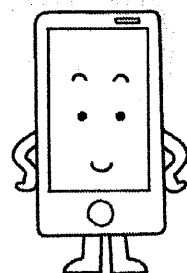
は たいせつ
歯を大切にしよう

給食後の歯みがきの様子です。宮っ子は一人一人がとも上手にルールを守りながら歯みがきをしています。しゃべらず、距離をとり、ていねいに...♪
歯ブラシが痛んできたら、交換をしておいてください。



あしもと
足元には「ここでもつ」の印があります♪

ここでもつ



ストップ! スマホ・ゲーム依存
生活をふり返ろう!

～スマホやゲームをしすぎていませんか?～

発行所 しりしり
啓発資料
小学校1～3年生/
小学部1～3年生用

「生活をふり返ろう！」のアンケートにご協力、ありがとうございます。
お子様のメディア利用時間はいかがでしたか？多かった、少なかった、減らしていきたいなどたくさんの感想がありました。今後、見直していく必要があることについては、子供たちには保健指導、保護者の方へのほけんだより等でお知らせしていけたらと思います。ご家庭でも利用時間を相談して上手に付き合えるように心がけてください。

裏も見てね♪