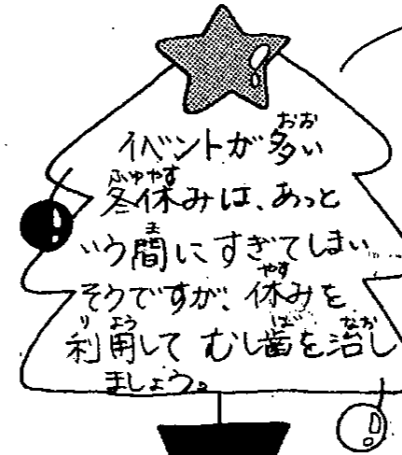




すこやか

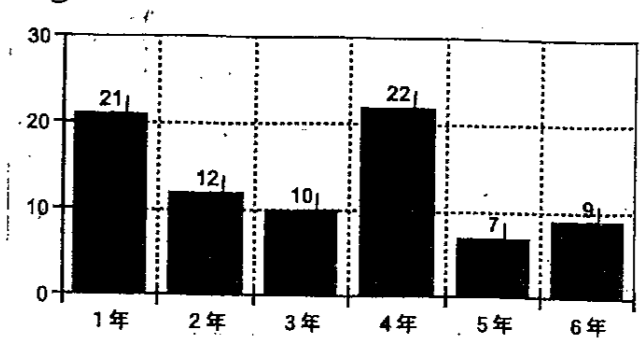


和歌山市立名草小学校
(ほけんだより)
No. 9 2012.12



イベントが多い
冬休みは、あっと
いう間にすぎてはい
そくですが、休みを
利用してむし歯を治し
ましょう。

むし歯のある人 (2学期の歯科健診結果より)



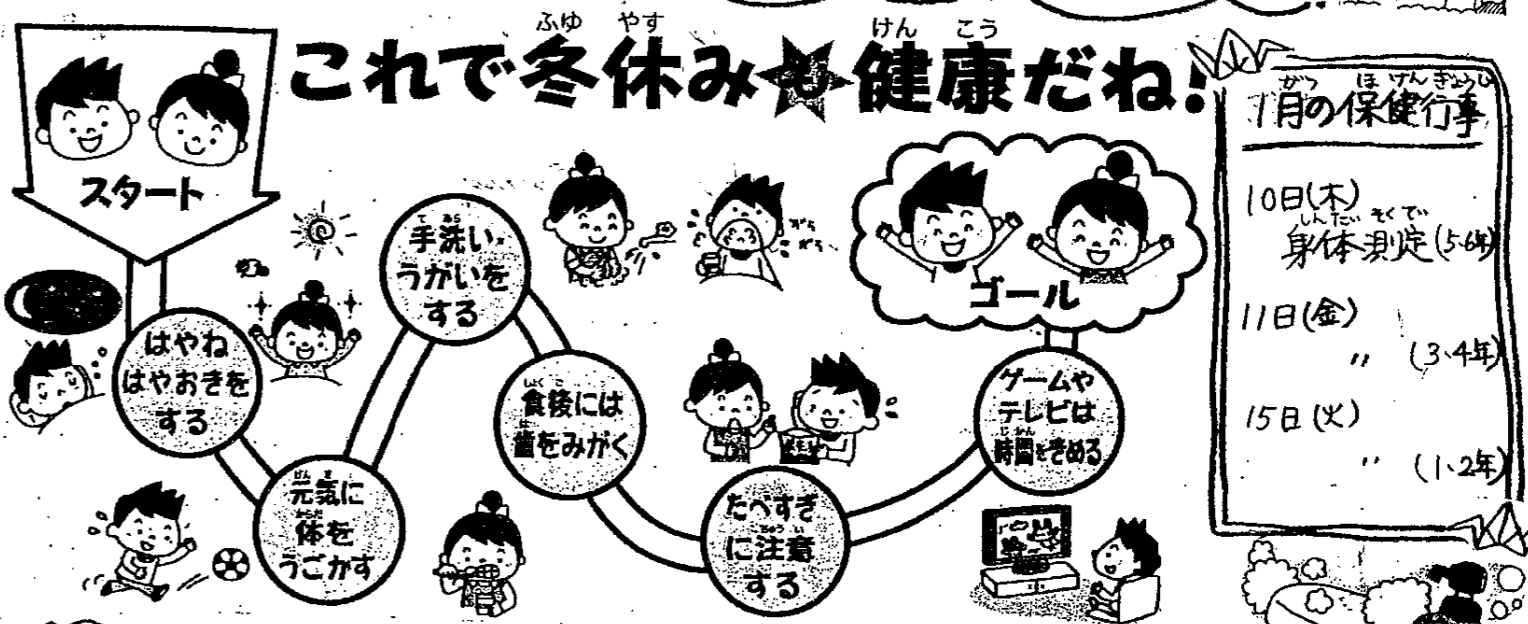
もうすぐ
冬休み

生活習慣を

くずさないで!

今年も残すところあと少し。冬休み
が近づいてきました! 家族や友だち
と遊んだり、出かけたり、おいしいものを食べ
たり... 楽しい時間を心待ちにしている人も
多いことでしょう。でも、そんなときだから
こそ、なるべく生活習慣をくずさない
ように気をつけましょう。

「体を動かす」「3食しっかり
食べる」「早寝早起き」
大切ですね!



これで冬休み★健康だね!

7月の保健行事

| | |
|--------|------------|
| 10日(木) | 身体測定(5-6年) |
| 11日(金) | " (3-4年) |
| 15日(火) | " (1-2年) |

かぜ・インフルエンザも、ノロウイルスも手洗いで予防!

私たちは日頃、気づかないうちに
手でいろいろなものをさわっています。
もしそこに細菌やウイルスがつい
たら... どんどん広がっていつ
しまいますね。細菌もウイルスも
とても小さく、目には見えません。
そこで、こまめに手を洗い、いつも
きれいにしておくことが大切です。

おぼえておこう!
洗い残しが
多いところ ★ 洗い方



反対の手でねじる



手のひらでこする



両手を組んですり合わせる