



セミの鳴く声を聞くと「夏が来たな」と感じますね。保健室の窓を開けるとセミの声がたくさん聞こえます。夏は外で活動できる時間が長くなります。暑さに負けずに元気に過ごすために熱中症や感染症の対策が必要です。気をつけていきましょう。

### 歯みがきカレンダー集計～ご協力ありがとうございました～

1学期の歯みがきカレンダーでは、1日2回がパーフェクトの人は66人/77人で、**85.7%**でした  
(1年100% 2年78.6% 3年75% 4年90.9% 5年75% 6年94.7%)

今回ハンカチチェックも実施しました。毎日持って来ていた人は63人/77人で、**81.8%**でした



歯みがきカレンダーのパーフェクト達成の人の名前を保健室・教室に掲示します。たくさんの方が2週間がんばっていました。終了後も続けてほしいと思います。

#### <保護者：応援メッセージから>

歯みがきは自分ですすんでがんばっているのととてもいいとおもうよ。このままがんばってむし歯ができないように強い歯をつくらう。

ハンカチもきちんと毎日もっていったね。歯みがきもがんばっていました。この調子でがんばってね。子どもの歯がぬけたから大人の歯もだいじにしてね。

「何か食べたらみがく」をがんばってつづけているね。これからも白い歯をだいじにしよう。



歯みがき指導をしていただいてからとてもいいにみがいていますね。歯と歯の間の掃除をつづけてきれいな歯と歯ぐきを保ってがんばろう。

#### <児童：これから頑張ること>

これから20かいをがんばります。(1年生)



6さいきゅうしをしっかりみがきたいです。(2年生)

おとなのはをたいせつにしたいです。(3年生)

内がわやはぐきのところをやさしくみがいたらいいと思う。(4年生)

めあてどおり全部パーフェクトにできてよかったです。このしゅうかんを毎日続けていきたいです。(5年生)

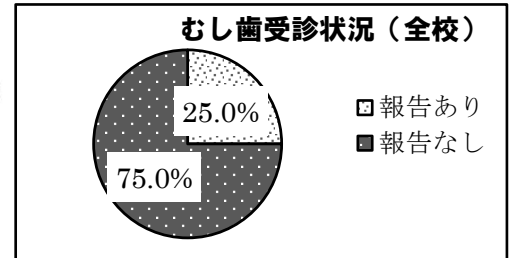


目標は達成できた。これからは、みがきにくいところは鏡をみてていねいに歯みがきをしたり、むし歯になっていないかを確認したりしたいです。(6年生)

### 夏休みの生活について



① <むし歯の治療状況>  
歯科検診の結果、全校でう歯(むし歯)で治療が必要な人は20人でした。治療完了の報告書が返ってきているのは現在5人です。乳歯のむし歯も早めの治療をお勧めします。



### ② <夏休みの時間の使い方>

たくさんある時間をゲームだけでなく、いつもはしないこともチャレンジしてみましょう。(読書や絵、お手伝い、家族でのおしゃべり)など。ある研究によると絵を描くとストレスホルモンが減ったという結果もあるそうです。どんな絵にするか脳を働かせるといいですね。誰かに「テーマ」を出してもらうのも楽しいです。塗り絵からはじめるのもいいですね。

おしゃべりでは、すっきりして笑うと幸せホルモンが沢山でるそうです



### あいうえお

- あ** さごはんを毎日食べよう
- い** つもと同じ時間に起きてね
- う** んどうするとき水分補給を忘れずに
- え** いろいろバランスはOK?
- お** ふろに入って疲れをとろう

### <保護者の方へ>学期末の懇談時・健康面で心配なことがあれば保健室にお寄りください

い。(成長曲線結果をお渡しした方で不明な点がある方は保健室にお寄りください。)

\* 新型コロナウイルス感染症の感染者数が急増しています。人との距離・手洗い・マスクなど感染症対策を引き続きお願いします。休み中の生活リズムも整えるようにお願いします。