

すこやか

令和6年6月12日(水)

No.4

東白川小学校保健室

でまえじゅぎょう さんか ～ヤクルト出前授業に参加しました～

6月5日(水)に、1,2年生がヤクルト出前授業に参加しました。講師の方のお話を聞いたり、小腸の長さを測ったりして、良いうちを出すための生活習慣について学びました。みなさんも「早ね、早おき、朝ごはん、朝うち」を心がけて、毎日健康に過ごしましょう!



ぜんこくしょうがくせいはい たいかい さんか ～全国小学生歯みがき大会に参加しました～



6月7日(金)に5年生が全国小学生歯みがき大会に参加しました。正しい歯みがきの仕方や、デンタルフロスの使い方を学び、実践しました。自分の歯をよく観察し、磨き残しのあるところを確認することができました。



メディアコントロールデー

～みなさんの工夫や感想を紹介します～

2年生 田口奏翔 さん

かぞくルールも今日のコースもじゅんちょうにできてよかったです。

4年生 安江大輝弥 さん

今回は時間を忘れて、30分多くしてしまったので、次はアラームをかけたいと思います。

5年生 村雲美結 さん

メディア時間が0分で、タブレット学習やお手伝いできてうれしかったです。

すいえいがくしゅう 水泳学習がはじまります！



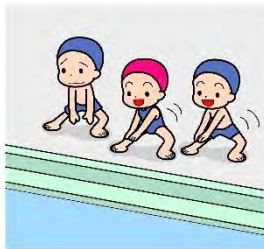
すいえい ぜんしん つか うんどう まちが いのち うば きけん
水泳は、全身を使うとてもよい運動です。しかし、ひとつ間違えると命を奪う危険もあ
ります。みんなで決まりを守り、事故のないプールにするよう気をつけましょう。

プールに入る前に

★トイレに行く



★準備体操をする



★シャワーを浴びる



プールでの事故に気をつけよう

★プールサイドを走らない



★勝手に飛び込まない



★ふざけて押さない



プールから上がったら

★途中で具合が悪くなったら
無理をせず休む



★耳に水が入ったら
水抜きをする



★自分のタオルでよく拭く
(タオルを共有しない)



★目や耳、鼻の病気がある人は、病院に行って治療を済ませておきましょう。

★前の日の夜は、忘れずに爪を切っておきましょう。