

あたらしいがくねんになり、1か月がげちました。べんきょう、スポーツ、あそび、いろんことをがんばっていますね。つかれがたまっている人もいられるかもしれません。5月はたいいくたいかいのたいくたいかいがあります。げんきにほんばんをおかえられるように、はやね、はやおき、あさ朝ごはんをかかさずに、たいちようかんり体調管理をしっかりとしましょう😊

たいいくたいかいむたいちようき 体育大会に向けて体調に気をつけよう！

あつひが増えてくる5月。体があつさになれていないときには、ねつちゆうしやう熱中症になりやすいため、ちゆういひつよう注意が必要です！人のからだは、あせをかくことでたいおんを調節しますが、あつ暑くなりはじめの時期は、その機能が十分に整っていません。たいいくたいかいのれんしゅうはじ練習が始まると、そと外でかつどう活動する時間もふえてきます。かつどう活動の間には、かぜとおあいま風通しのよい場所で休けいをとりながら、すいぶん水分をこまめにほきゆうに補給するようにしましょう。



のどがかわく前にすいぶんほきゆう水分補給を！
すいぶん水分はたっぷり、わすれずに持ってくるようにしましょう。

そと外に出るときには、ぼうしをかぶりましょう！
きおん気温に合わせて、はんそでやはんズボンにするなど
ふく服そうもちようせつ調節しましょう。



がつかしかけんしん ～5月20日に歯科検診があります～

しかけんしん歯科検診は9時からの予定です。朝、家でていねいに歯みがきをしてきましょう。しかけんしんあとには、けつかけつ結果のお知らせをぜんいん全員に配ります。受診が必要な人には、あおいろ青色の紙でお知らせを配ります。はやめ早めに歯医者さんでみてもらいましょう。

みなさんは、しかいせんせい歯科医の先生が言っている言葉の意味はわかりますか？
ここで記号や数字の意味を紹介いたします！



- (まる) : おし歯をなおした歯
- C (しー) : おし歯
- CO (しーおー) : おし歯になりかけの歯
- × (ばつ) : おとなの歯のじゃまをしている
子どもの歯
- 数字 (1～8) : おとなの歯
- アルファベット (A～E) : 子どもの歯

保護者の皆様へ

体育大会の練習が始まります。熱中症やけがを予防できるよう、水分を多めに持たせたり、睡眠時間を確保したりする等、日々のお子様の体調管理にご協力をお願いいたします。

今年度の健康診断の結果も順次お知らせします。歯科検診の結果は全員に配付します。受診が必要な児童は、青色の紙で配付予定です。受診が必要な場合には、早めに医療機関で診てもらい、学校まで結果をお知らせください。