



11月に入り、一日の寒暖差が大きくなっているため、体調をくずしやすい季節です。下着を着用し、上着で調節してください。

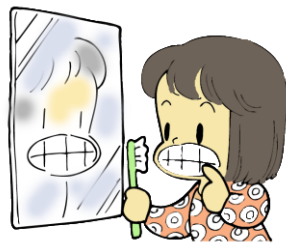
11月8日は、「いい歯」の日

一学期の歯科健診で歯垢の付着があった人は、14人です。(28年度は24人)みがき方が、じょうずになっています。

おうちの人といっしょにかがみで口の中を見てみましょう

みがき残しやすい場所

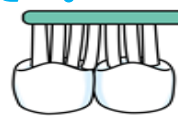
- 歯と歯の間
- 歯と歯肉の境目
- 奥歯のかみ合わせ
- 歯並びが不規則な箇所(重なり・段差)



歯ブラシできれいにみがいてください。



歯の表側・裏側



おく歯のかみ合う面



前歯の裏側

おうちの方へ

お子さんの歯みがきの様子をまめにチェックしていただきほか、手鏡でみがき残しの部分を実際に見るようにしたり、ご家族と一緒に歯みがきをするもお勧めです。

また低学年のお子さんについては、状況を見ながら大人の方による「仕上げみがき」を取り入れてもよいと思います。

定期的に歯医者さんに行ってみてもらいと、さらにしっかりとした予防ができます。一生使う歯と口を大切に、引き続き実践へのご協力をお願いいたします。



平成29年
11月
春日部市立
豊野小学校

持久走大会

11月17日(金)

予備日20日(月)



持久走大会前健康管理カード記入のお願い

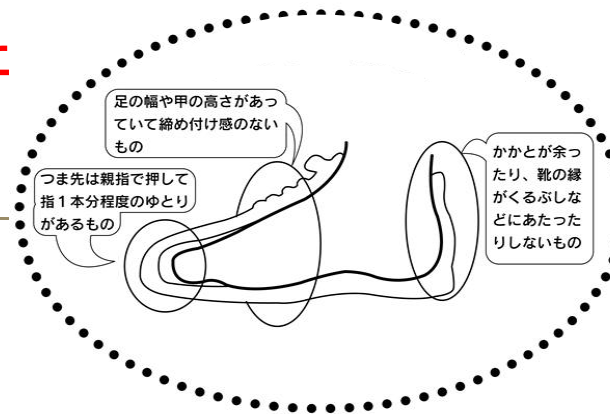
持久走大会に備えて、健康管理カードの記入、当日の参加カード、大会後の健康管理カードのご協力をお願いします。

健康管理カードは、「寝た時刻、起きた時刻、朝食の有無、体調の様子、体温」の5項目です。お手数ではありますが、体調を万全に整えて大会にのぞめますように見守りをお願いします。★前の晩は早く寝て、当日は朝ごはんをしっかりと食べて、排便をすませて登校しましょう。

健康チェックと体温測定を忘れずに

- ・走る前……直前の健康状態をチェックする
- ・走っているとき……自分のペースで走る

自分の足にあったくつをはいて走りましょう



10月17日(火)

おなか元気教室 4年生



小腸の長さは？



大腸の長さは？

早ね、早起き、朝ごはん、朝うんち

