

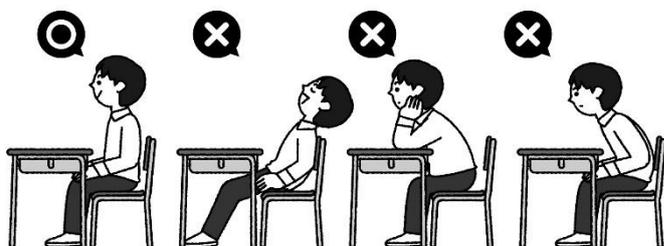
のびのび

長久手小学校
保健室
令和6年11月



素晴らしい運動会でした！

みなさん一人一人が一生懸命で、カッコいい姿をたくさん見ることができました。日頃の練習の成果がしっかりと発揮された、よい運動会でしたね！
みなさん、よくがんばりました！！



11月の保健目標
姿勢を正しくしよう！

11月は健康記念日がいっぱい！

11月1日は「いい姿勢の日」

「1」という数字が背筋をピンと伸ばした様子に見えることから11月1日は「いい姿勢の日」なのだそう。みなさんはいい姿勢できていますか？



姿勢がよだけで、集中力がアッフするよ！

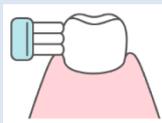
あいことばは
ゲーピタピン！



11月8日は「いい歯の日」

「いい(11)歯(8)」の語呂合わせで、1993年に11月8日を「いい歯の日」としたそうです。

★歯みがきのポイント★



ブラシの毛先を歯にきちんと当てよう！



軽い力でみがこう！(毛先が広がらないくらい)



こきざみに動かそう！(1~2本ずつみがく)

11月9日は「換気の日」



換気でかせ予防！

11月10日は「いいトイレの日」

きれいに美しく使おう！



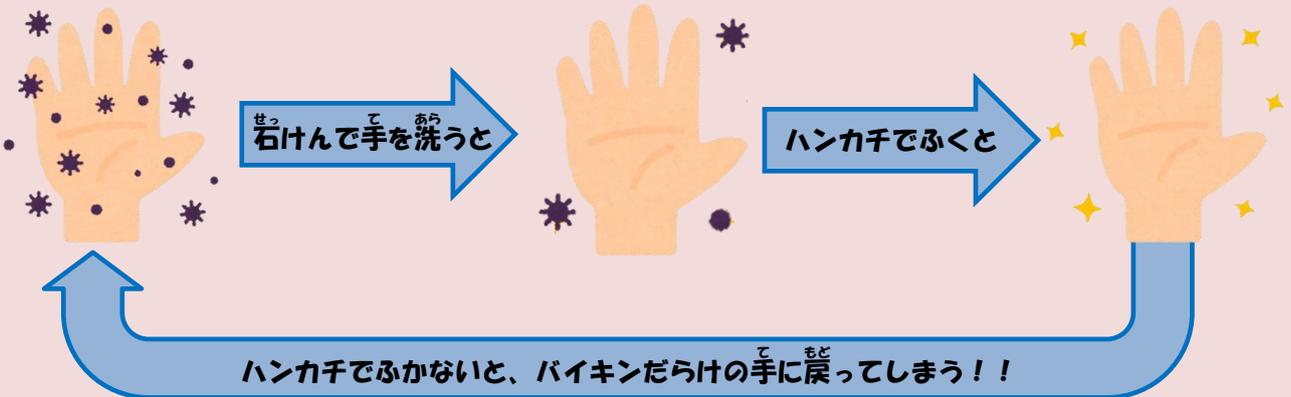
ハンカチ、毎日持ってきていますか？

保健室で「ハンカチ毎日できてる？」という質問をしてみると、「持ってない！」と答える子がとても多い！いつもすぐに使えるように、ポケットかポーチに必ず入れておくようにしましょう。



手を洗ってからハンカチでふくまでが手洗い！

手にたくさんついてたバイキンは、石けんで手を洗うとかなり少なくなり、ハンカチでふくとさらにもっと少なくなります。でも、せっかく手をきれいに洗ってもハンカチでふかなかったら、またすぐにバイキンがついてしまいます。



まちがいさがし⑦

7つのまちがいをさがそう！



流しの縁のコップの位置／中央の男の子の口の端の泡／右側の女の子の口の端の泡
 プラシンの位置／右側の女の子の口の端の泡
 プラシンの位置／右側の女の子の口の端の泡