



令和2年11月6日 香取市立東大戸小学校 養護教諭

先日香取市では、ほぼ2ヶ月ぶりに新型コロナウイルス感染者が発生しました。他県ではありますが、先月は隣接する市町村にも感染が確認されています。これから気温がさがり空気の乾燥する時期になります。手洗いをしっかりし、抵抗力をつけて、流行に備えていきたいと思います。

学校では、子どもたちの活動に少しずつ制限がなくなり、思うように活動できないストレスがだいぶ解消されてきたように思います。制限を解除できたのも、それぞれのご家庭での健康管理が徹底されているからです。引き続き、お子さんの健康管理と毎朝の体温入力にご協力をお願いいたします。

11月の保健目標 「姿勢を正しくしよう」



今週すべての学級の机といすの高さのチェックを行いました。今後、お子さんに合わせた高さに調整していきます。

詳細は裏面をご覧ください。

お子さんからの訴え（机が低いなど…）があれば、メモ等でよいのでご連絡下さい。11月中にすべての児童の調整を終える予定です。



咀嚼力チェックガムを配付します

4～6年生には、ファイル、キシリトールガム等も一緒に配付します

11月8日は、「いい歯の日」。普段の歯みがき習慣を見直して、もっと自分の歯を大切にしてもらいたいです。今年は、「キシリトール咀嚼チェックガム」を1つずつ配付します。ぜひおうちでチェックしてみてください。

きみの「かむ力」をチェック！！

- ①食べた後、歯みがきした後30分間はできない。ガムを噛む前に水で5秒ぶくぶくうがいをする。
- ②ガムを60回かむ。上と下の歯がしっかりかみ合うように、1秒に1回のペースでかむ。
※6歳未満など、1袋では大きすぎる場合は1袋の1/3量を60回かむ。
- ③ガムをはき出して色を見る。ガムの入っている袋のチャートで判定する。

11/4に姿勢のチェックをしました

良い姿勢で学習できていた人を紹介します。3～6年生については、次回ご紹介します。



1年生は2時間目の算数の時間と帰りの会に教室におじゃましました。みんな正しい姿勢を意識して学習していました。お話の聞き方もとても上手でした。

特に良い姿勢で学習していた人を紹介します。

さん

さん

さん

さん



2年生は2時間目の国語の時間と、6時間目漢字のテストの時間に教室におじゃましました。特に良い姿勢で学習していた人を紹介します。

さん

さん

さんがとても良い姿勢でした。

他にも、

さん

さん

さんも

正しい姿勢で学習していました。

