

今年度の保健委員会の新しい取り組みとして「歯磨きタイム」を行いました!!

今年度、保健委員会では新しい取り組みとして給食後の「歯磨きタイム」を実施しました。歯磨きをする習慣作りを目的に、給食後音楽を流しながらクラスごとに一斉に行いました。どうでしたか？

しかし本校では、歯磨きの習慣がまだ十分に定着しておらず、歯石・歯垢の付着により学校歯科検診で受診勧告を受ける人が多いことが課題としてあります。また、勧告後の受診率が低いことも大きな課題です。受診がまだの人は、今年度中に受診・治療に行きましょう🦷

歯と口の健康は、毎日の生活習慣の積み重ねで守ることができます。来年度も歯磨き習慣の定着と受診率向上を目標に、保健委員会として取り組みを続けていきます。

まずは、歯ブラシ・コップを持参しましょう。

※水曜日のフッ化物洗口でも使用します！



保護者の皆様へ

新しい環境に備え 親子で心のケアを

子どもは「いつもと違う」ことに敏感です。環境が大きく変わる4月を前に、情緒が不安定になったり、いつもより甘えたりすることも。でもそれはがんばろうとするサイン。安心できる時間を増やすことが大切です。

おすすめの心のケア

- ♥ 1日5分でも子どもだけと向き合う
ぎゅっと抱きしめるだけでも、子どもの心はぐっと安定します。
 - ♥ 環境の変化を前向きに伝える
「こんなことができるようになるよ」と、未来をポジティブに想像できる声かけが◎です。
 - ♥ 保護者の方自身も無理をしない
大人の不安は子どもに伝わりやすいもの。深呼吸をするなど、自分の心を整える時間も大切に。
-
- 新しい春に向けて、
 - 親子で少しずつ心の準備をしていきましょう。



今年度も本校の保健室運営にご理解とご協力をいただき、ありがとうございました。年度始めは、子供たちにとって、心身への負担が大きくなる時期です。十分な睡眠・食事を心がけ、元気に新年度を迎えられるようご家庭での見守りをお願いいたします。私たちも、引き続き、最後まで見守っていきたいと思います。