

9月の行事予定

日	曜	主 な 行 事	日	曜	主 な 行 事
1	日		16	月	祝日 敬老の日
2	月	来てみてウィーク (9/6まで) ※朝の時間 7:30-8:30 学級タイム スクールカウンセラー来校 (終日)	17	火	学級タイム
3	火	◎花まるタイム【支援あり】 委員会活動	18	水	わんぱくタイム
4	水	学級タイム フッ化物洗口開始 赤ちゃん登校日 10:00-12:00	19	木	花まるタイム 2年どきどきの会 スクールカウンセラー来校 (終日)
5	木	花まるタイム 6年どきどきの会 【育】運営委員会 19:00 たけおっこH	20	金	花まるタイム
6	金	花まるタイム	21	土	
7	土		22	日	祝日 秋分の日
8	日		23	月	振替休日
9	月	学級タイム	24	火	花まるタイム なぞペー②1-2 ③2-1 ④3-1
10	火	◎花まるタイム【支援あり】 クラブ活動	25	水	児童集会 (委員会紹介) ※運営・ボランティア・広報委 武雄中学校リモート説明会 (6年)
11	水	学級タイム	26	木	花まるタイム 3年どきどきの会
12	木	花まるタイム 1年どきどきの会 スマイル会議 15:50 【育】母親部会 19:00 たけおっこH	27	金	花まるタイム
13	金	花まるタイム なぞペー②3-2 ③1-1 ④2-2	28	土	
14	土		29	日	
15	日		30	月	全校5時間授業 学級タイム

10月の主な行事予定

- ・ 11日 (金) 1学期終業式、全校5時間授業、弁当の日
- ・ 15日 (火) 2学期始業式
- ・ 16日 (水) 全校4時間授業 (給食後、13:20下校予定)
- ・ 19日 (土) 開校日 (弁当の日) 授業参観②、
ふれあいフェスタ・マーケット
- ・ 23日 (水) 代休 (10/19の代休) ※武雄休日
- ・ 26日 (土) ~ 27日 (日) PTA九州ブロック長崎大会
- ・ 29日 (火) ~ 30日 (水) 5年宿泊学習
- ・ 31日 (木) 新入学児童健康診断 (午前中4時間授業)

【お知らせ】

◎をつけた花まるタイムにつきましては、地域や保護者の方々の支援をお願いする花まるタイムを表しています。ご協力いただける方は、当日朝8:05-8:10頃、地域学校協働本部(被服室)にご集合ください。

全校児童数 328名 (9月1日現在)

保健だより

文責 塚本亜莉紗

夏休みあけの生活チェック

朝、気持ちよく

目がさめますか？



ごはんをおいしく

食べていますか？

おなかの調子はいかがですか？

1時間目から、頭やからだ

しっかり動いていますか？

夜ふかしをしていませんか？

これから楽しい行事がたくさんあります。からだのスイッチを学校モードに切りかえて、元気に過ごしましょう!!

Switch! ✨

夏休みモード

学校モード

体も気持ちもまだ「夏休みモード」の人は、早めに切り替えを。



切り替えの

3ステップ

- ① 夜ふかしをせず、早めに寝る
- ② 朝起きたら朝日を浴びる
- ③ 朝ごはんをしっかりと食べる

今年の夏もとても暑かったですね。熱中症や夏バテ等体調を崩さずに過ごすことができましたか？

まだまだ暑い日が続きます。早ね早起き朝ごはんの生活リズムを整えて、毎日元気に過ごしましょう。

まだまだ暑い日が続きます



夏休みが終わって、前期後半がスタートしました。体調を整えることも大事な準備になります。早く寝て、朝ごはんを食べてきてください。体のリズムを整える役割があります。お茶もたくさん持っていきましょう。

ハンカチ・ティッシュを持ってきていますか？



感染症などの予防のために、手洗いは丁寧にできていますか？

手を石けんで丁寧に洗っても、清潔なハンカチでふかずに衣服などでふいてしまうと、また汚れてしまいます。手洗いをした後や咳エチケットのためにも、ハンカチをポケット等に入れて身につけるようにしましょう。ケガをした時に傷口をおさえて止血をする時にも使います。

また、鼻をかんだり、鼻血が出たりした際におさえるためにも、ティッシュは必要です。

家を出る前に、ハンカチ・ティッシュを持っているか、毎朝確認、声掛けをお願いします。



9月9日は
救急の日

自分でできる

手当てのキホン



傷口についた砂や汚れを洗い流す



ビニール袋に入れた水などで冷やす



清潔なハンカチなどで傷口をおさえる



学校保健委員会・学校給食委員会を開催しました

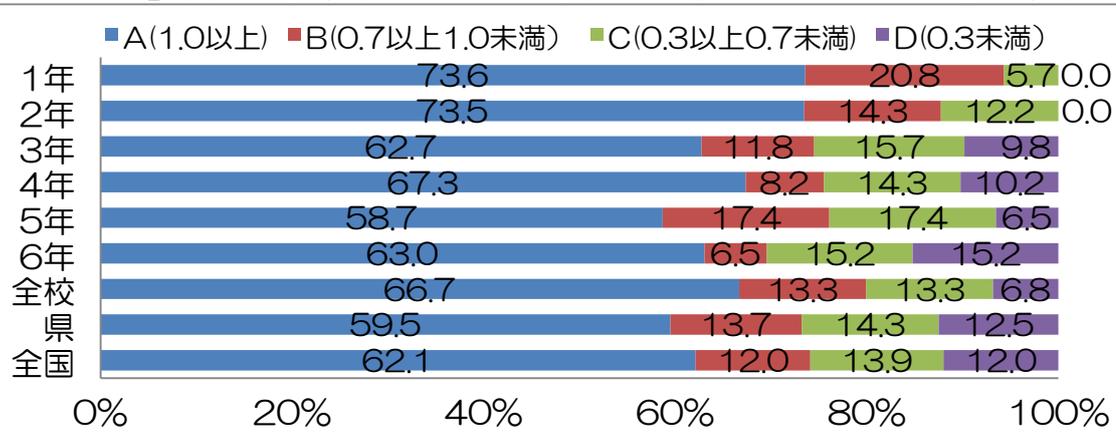


8月21日(水)学校医の太田先生、学校歯科医の長田先生、学校薬剤師の榊島先生、育友会の代表の方にご参加いただき、学校保健委員会・学校給食委員会を開催しました。

保健室からは、今年度の健康診断の結果について報告をしました。保護者の方からは、歯列・咬合について等の質問があり、三師の先生から専門的な意見や助言をいただきました。また、6年生の肥満度が4年生から減少していることについて、太田先生は「いいことですね」と感心されていました。子どもたちが元気に、そして安全に安心して過ごすことができるよう、今後も家庭や地域と協力して取り組んでいきたいと思ひます。

■視力低下について

コロナ禍やタブレット学習で子どもたちの視力低下(近視)が気になるところです。本校の平均は、県や全国に比べると1.0未満の児童は少ないです。しかし、昨年より一気に視力が低下している児童もいました。スマホやゲーム等をする時の姿勢や時間について、学校で指導をしていきますので、ご家庭でもルールを作るなどの指導をお願いします。今年度も、学校では日本眼科医会が制作した、目の健康啓発マンガ『ギガっこデジたん』を参考に、家庭と協力して指導をしていきたいと考えています。ご家庭でもお子さんと一緒に



目の健康啓発マンガ『ギガっこデジたん』HP

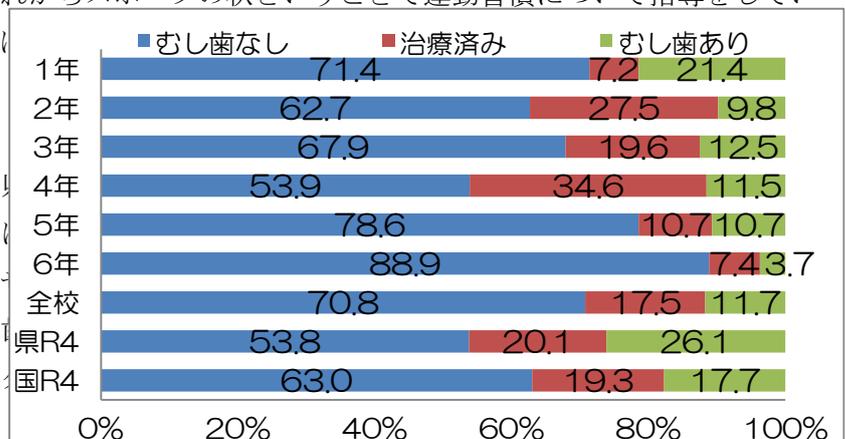
■肥満傾向児童について

肥満度に関しては、今年度の武雄小は10.4%となっています。昨年(11.2%)より減少しています。

肥満は生活習慣病のリスクが高くなる(学童前期肥満→40%が成人肥満、思春期肥満→70%が成人肥満)ことから、運動習慣や食生活について意識をしてもらうために、肥満傾向の児童には家庭連絡をしています。学校では、定期的な体重測定や、これからスポーツの秋ということで運動習慣について指導をしていきたいと考えています。ご家庭でも定期的な

■むし歯について

本校の乳歯と永久歯のむし歯保有率は、県や全国と比べて少ないです。乳歯は永久歯のむし歯に生え変わりますが、永久歯は生え変わりますが乳歯にむし歯があった人も、永久歯はむし歯にならないよう、歯みがき、フッ化物洗口、歯医者さんへ行く、甘いものを食べない等、歯を大切にしましょう。



11月には「がばいよいこの歯科教室」を

予定しています。2, 4, 6年生を対象に、学校歯科医の長田先生をはじめ、榊島武雄地区の歯科校医さんが、ブラッシング指導等を実施していただきます。それまでにむし歯があった人も治療に行けたらいいです