

ほけんだより



やしるにししょうがっこう
社西小学校 ほけんしつ 令和6年12月

がいろじゅ お ば かぜ ま てんきよほう
街路樹の落ち葉が風に舞っています。天気予報を

み あめ おお きおん さ がっこう きょうしつ なか
見ると、雨のマークが多く気温も下がってきました。学校の教室の中は、

だんぼう か たいいくかん ひ
暖房がきいていますが、ろう下や体育館は冷えこみます。

つよ かぜ たいおん
これから強い風がふくと、体温がうばわれる

さむ かん かぜ
ために寒く感じられます。そこで、風をさえぎる

そざい うわぎ かさ ぎ ようふく ちょうせつ
素材の上着、重ね着できる洋服で調節しなが

からだ ひ
ら、体を冷やさないようにしましょう。



は がくしゅう
歯について学習をしました

がつ はついくそくてい は は ほけんしどう
11月の発育測定では、歯と歯ぐきの保健指導をし

ました。そのうち2年生から5年生は、歯のそめだしをし

て赤くそまった歯を調べました。赤くそまったところは、

きれいにみがけていない場所です。そめだしをすると、

は は あいだ は は さかいめ おくぼ
歯と歯の間、歯と歯ぐきの境目や、奥歯のみぞ

が赤くそまる人が多くいました。これから歯をみがくときは、歯ブラシが歯に

あ かがみ み は ほん
当たっているか、鏡で見ながらみがくといいですね。また、歯を1本ずつ、



ていねいにみがくようにしましょう。低学年の人は、最後におうちの方に
仕上げみがきをしてもらいましょう。歯は、一生使うものですから、虫歯にし
ないようにしましょう。

あんぜん
安全にすごせていますか？



みなさんは、毎日安全にすごせていますか。今から2つクイズを出しま
す。どうするとよいか考えてみましょう。

クイズ① 自転車にのるときは、どこに気をつけたらいいの？



答え：ヘルメットを正しくかぶって、道路の左側を走ろう。

ヘルメットは、いざというときに命を守る大切なものだよ。

クイズ② ろう下やかいだんを歩くときは、どこに気をつけたらいいの？

答え：前を向いてゆっくり歩こう。走ったり、あそんだりし
ていると、人とぶつかって自分がころんだり、あいてをこ
ろばせたりしてしまうよ。



まもりを守って、毎日を安全にすごそう。

