

すこやか 10月号

萩市立明倫小学校
保健室

10月になり、季節が移り変わっていくのを感じます。なにをするにも気持ちのいい季節です。読書の秋、スポーツの秋、芸術の秋、食欲の秋・・・みなさんはどんな秋にしますか？

さて、衣替えはお済みでしょうか。毎日元気に半袖で登校している児童もいますが、季節の変わり目ということもあり風邪をひきやすい時期です。寒さを感じたら一枚着るなど、服で上手に体温調節できるようにしましょう。



4年生を対象に歯科指導がありました！

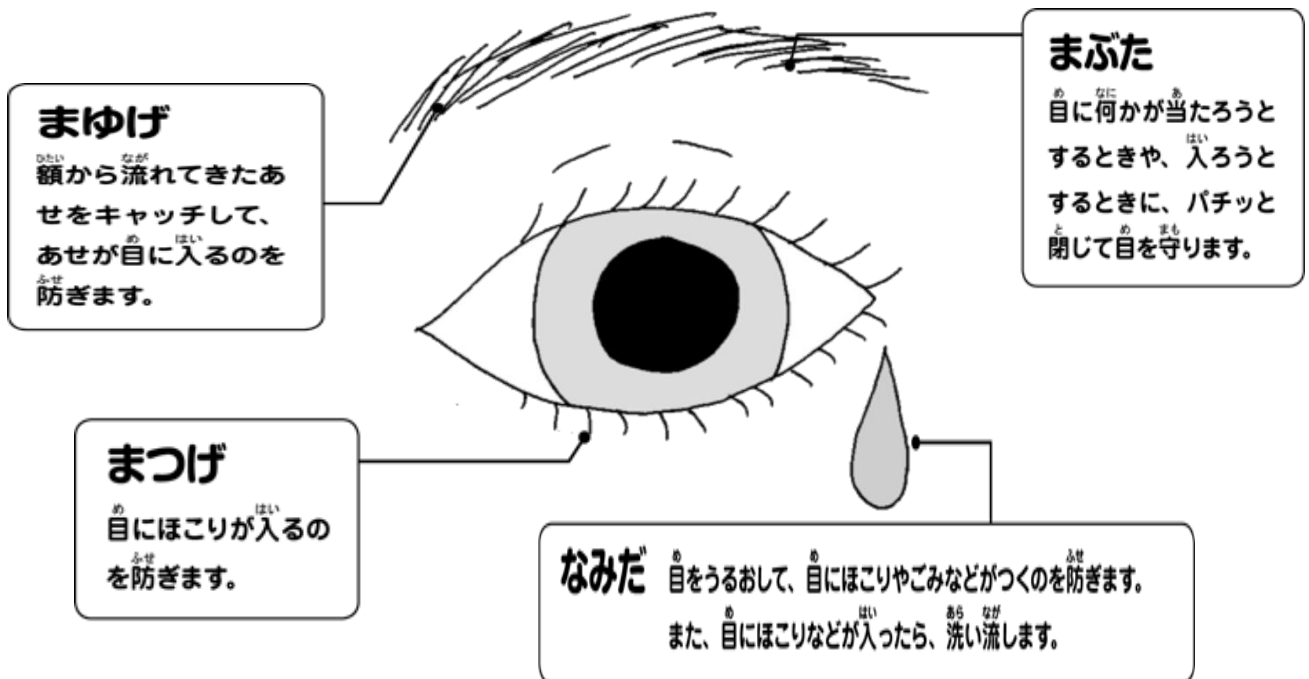
9月27日（木）2、3時間目に4年生を対象に歯科指導がありました。ご指導いただいたのは学校歯科医の石川先生、門田先生、衛生士さん4名です。歯の役割やどのようにして虫歯ができるか、正しいブラッシングなどを勉強しました。後半に染め出しを行い、朝のみがき残しをチェックしました。

「真っ赤になった！」「恥ずかしくて口を開けて笑えない！」「このままじゃむし歯になる！」と毎日のブラッシングを振り返るよい機会になりました。



10月10日は目の愛護デーでした。どうして目は大切なのかな？

大切な目を守るしくみ



視力低下のサイン



みなさんはこんなふうになっていませんか？自分では気づきにくいので、お家の人と一緒にチェックしてみましょう。また、視力検査を実施しています。視力がB以下の人には結果の紙を渡します。受診をよろしくお願いいたします。