

えが あ 5月号



運動会練習 スタート!

GWが明け、初夏の陽気に包まれる今日この頃です。子供たちも休み時間は校庭に出て、学年を問わず遊んでいる姿が見られます。北村小学校ではいよいよ運動会練習が始まり、どの学年でも運動量が増えてきます。次の日に疲れを残さないよう、特にこの時期は、夜は早めに眠らせてください。



5月の保健目標は「身の回りを清潔にしよう」です。外での活動が多くなる時期ですので、以下の点について、お声掛けをお願いいたします。



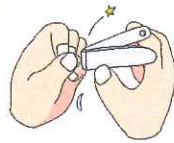
どうして「清潔」にすることが大切なの?

身だしなみを整えて、周りの人に嫌な気持ちをさせないための「マナー」と、感染症やむし歯などから自分を守るための「予防」、2つの目的があります。

清潔に過ごすためのポイント



手を洗おう
石鹸と流水で
30秒洗う。



つめを切ろう
長いままだと
けがの原因に
なります。

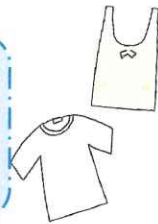


歯をみがこう
朝昼夜
みがく習慣を
身に付けよう。

体を洗おう
1日の汚れを
落とします。



下着を着よう
汗を吸収
してくれます。



**ハンカチ、
ティッシュを持つとう**
手を洗う機会が
増えています。
忘れず持って
きてください。



5月の保健行事

日	曜	内容	学年	時間	服装・留意点
10	火	耳鼻科検診	2年生 4年生 6年生	14:00~	耳が隠れない髪形。 前日、耳の掃除をお願いします。
25	水	心臓病検診	1年生 4年生	11:00~	運動着の半袖・半ズボン着用。 <u>対象者はバスタオルを、4年生女子児童及び胸部を隠したい児童はフェイスタオルも併せて持参。</u> シーツ等の共有を避けるため ですので、ご協力をお願いいたします。

裏面はお子さんと一緒に読みください。



トイレ キレイ

だいさくせん 大作戦



げんき 元気なときも、びょうき 病気のときも、わたしたちは毎日 必ず トイレに行きます。しょくじ 食事やすいみん 睡眠と同じように、うんちやおしっこをすることは、にんげん 人間が生きていくためにはとても大切です。

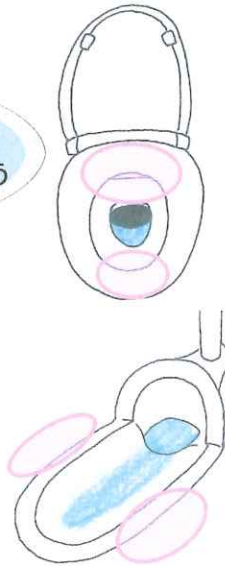
そんな大切なトイレだからこそ、みんなが気持ちよく使えるように、マナーを守ってきれいに使いましょう！

トイレのマナー

汚してしまったら
トイレットペーパーで拭こう



汚れが取れないときや、片付け方が分からないときは、先生に声を掛けてくださいね。



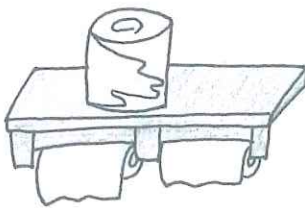
○で囲んだところが汚れていることが多いよ！

床にペーパーが落ちたままになっていることもあるので、トイレを出る時に、一度振り返って確認しようね！



和式トイレでは、便器の真ん中より前に足を置いてしゃがんで使おう！

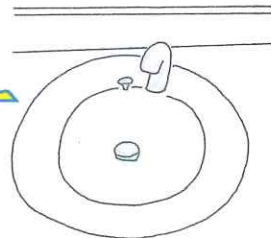
取り付けてあるペーパーを
使ってから、予備を使おう



取り付けてあるペーパーを使い終わったら、予備のペーパーを取り付けよう！



手洗い場の周りを
水浸しにしないようにしましょう



ハンカチで手を拭けば、水浸しにならないはず！手洗い場の下の床も濡れているので掃除の時もごみが取りにくい！

ほか この他にも…

- ☆ トイレを使っているときは、鍵をかけよう。
- ☆ トイレットペーパーは、必要な分だけ使おう。
- ☆ 使い終わった後、うんちやおしっこをきちんと流そう。
→ 流れていないことがあります！
- ☆ トイレを使った後は、石鹸で手を洗おう。



みんなの使い方はどうかな？