



# ひだまり



日光市立鬼怒川小学校

保健だより 7月号

熱中症を  
予防しよう！

7月もあと少しで終わり。今年はコロナコロナと騒いでいるうちに、6月に再開した学校もあつという間に2ヶ月が過ぎてしまいました。

今年は梅雨の合間の晴れ間もほとんど見られず、日照時間が短い日が続いています。久しぶりに太陽が顔を出すと、体が暑さに慣れていないので、その日射しの強さにびっくりします。湿度の高い日も続いており、雨が続けても熱中症には注意が必要です。

来週からは待ちに待った夏休みが始まります。今年は2週間しかありませんが、家の手伝いや宿題等いつも以上に計画的に過ごして欲しいと思います。



## 7月のつぶやき



「先生、あれなんですか？」  
「モリアオガエルのたまごだ。なんでこんなところに・・・。」  
「先生、オタマジャクシになってます！」

先日、学校の庭の木にモリアオガエルのたまごがみつきり、子ども達は大騒ぎでした。モリアオガエルは木の上に泡で覆われた卵を産み付ける変わった習性があり、栃木県では準絶滅危惧種に指定されているようです。木

の下には池や沼などの水場がないので、このままではオタマジャクシになることができないため、バケツで救出し教室で育てることになりました。月曜日に登校すると、水槽にたくさんのオタマジャクシにびっくり！今はみんな元気に泳いでいます。

子ども達はよくお世話をしていますが、カエルになる頃にはどこか水場があるところへ放す予定です。もの珍しいからということだけでなく、小さくても命を育てているのだということを学んで欲しいなと願っています。来年また鬼怒小に帰ってくるかもしれませんね。



## 歯みがきカレンダーのひとこと

毎日よくみがいていました。おとなの歯がはえてきたから大切にしよう。

毎日きれいに歯みがきできました。色をぬるのも楽しかったと喜んでました。

朝と寝る前に歯みがきできていましたね。朝、もう少しゆっくりみがけると、もっといいね。

フロスも使って毎日頑張っていましたね。これからも続けよう。



さすが6年生。毎日歯みがきをやる習慣はしっかりとできましたね。これからもきちんと歯みがきしてくださいね。

毎日きちんとみがくことは、50年後の未来の自分に喜んでもらえますよ。歯は一生の財産です。よく頑張ってみがきました。

毎日いっしょけんめい、ピカピカにはみがきをしていました。これからもむしばにならないように、気をつけてみがうね。



☆お忙しいなか、歯みがきカレンダーのひとことをありがとうございました。

今年度は新型コロナウイルスの影響で、1学期に歯科検診が実施できませんでした。今後10月に実施予定でいますが、コロナの様子ではさらに実施できない可能性もあります。歯科検診があるなしに関わらず、毎日の歯みがきを丁寧に実施して、去年のむし歯はしっかり治療を済ませておくことが大切です。鬼怒川小学校はむし歯が多いことが、子ども達の課題にもなっています。



もうすぐ夏休みが始まります。今年度は2週間という短い期間ではありますが、御家庭でルールを作ってリズムのある生活ができるようにしましょう。

特にテレビを見る時間や、ゲームをする時間はきちんと決めて、部屋の見えるところに書いて貼っておくのもよいでしょう！

○早ね！



○早起き！



○朝ごはん！



○涼しいうちに勉強をする。



