



ひだまり



日光市立大室小学校

保健だより 7月号

夏を健康に
過ごそう！

6月も終わり、今年もあっという間に半年が過ぎてしまいました。まだ、あまり夏を感じるような暑さの日は少なく、楽しみにしているプールにはなかなか入れない毎日が続いています。しかしながら湿度が高く、蒸し蒸しとする日も多く、熱中症には要注意です。服装に注意して、水分をしっかり摂ることを心掛け、暑さに負けずにこの夏を元気に過ごしましょう。

そして、今月末には待ちに待った夏休みが始まります。家での手伝いごとや学習のルールを決め、普段出来ないことにチャレンジして欲しいと思います。今からお子様と一緒に少しずつ話し合ってみるのも楽しいかもしれませんね



7月のつぶやき



「口は人を励ます言葉や感謝の言葉を言うために使おう」
「耳は人の言葉を最後まで聴いてあげるために使おう」
「目は人のよいところを見るために使おう」
「手足は人を助けるために使おう」
「こころは人の痛みがわかるために使おう」

6月24日(水)の文化講演会では腰塚勇人先生をお招きして、「命の授業—今の幸せに気づくことから夢はひろがる—」をテーマに講話をいただきました。これは

講演会の中にあつた「五つの誓い」です。中学校教師であつた腰塚先生はスキー事故で頸椎損傷を負ってしまいます。首から下が麻痺してしまい、一生寝たきりか、車イスでの生活という宣告受けます。一時は自殺したいという思いにかられながらも周囲の人に支えられ、苦しいリハビリを重ね、奇跡の復活を果たしました。その奇跡の足取りや、支え合つて生きていくことの大切さ、子どもたちの心の声に耳を傾けることの大切さを話してくださいました。

何気ない日常の中にある幸せを忘れないように、周囲への感謝の気持ちを忘れないようにとあらためて感じさせられた講演会になりました。





歯科検診を実施しました！

6月には「歯科検診」がありました。結果は先日配布させていただきました。むし歯がある児童は全体で31.5%とほぼ昨年同様でした。一昨年はむし歯のある児童の割合が50%を超えていましたので、未処置歯の減少は御家庭の御協力の結果だと感謝しております。



むし歯（未処置歯）がある児童の割合（%）

	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生	計
平成26年度全 国	28.3	29.1	29.5	28.3	24.2	18.9	26.3
平成26年度大室小	51.7	32.0	35.1	26.0	24.5	11.7	29.4
平成27年度大室小	38.7	37.7	42.9	32.1	18.0	17.3	31.5

歯科医の先生からは、

- ・ 歯みがきがまだまだ不十分である。
- ・ 歯並びや歯周疾患が気になる児童が増えた。



との指導がありました。結果はすでに配布していますが、むし歯以外にも要注意乳歯や歯並び、歯周疾患にも注意が必要です。治療が必要な結果の場合は、早い時期での受診を御願いたします。



もうすぐ夏休みが始まります。チャイムが鳴らない毎日になりますので、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。休み中でも「早寝・早起き・朝ご飯」で規則正しい生活が基本です。

○早起きをする。



○朝ご飯を食べる。



○夜早く寝る。



○涼しいうちに勉強をする。



○ゲームは時間を決める。

