



令和6年10月25日
足立区立千寿小学校

秋も深まり、朝晩の冷え込みがづらい時期となりました。厚着で登校する児童も増えてきましたが、日中は暖かく子どもは元気いっぱいに遊んでいます。規則正しい生活リズムの中で、寒さに負けない体づくりへのご協力をよろしくお願い致します。

【持久走前健康相談について】

11月12日（火）、持久走前健康相談を実施します。持久走大会の参加について、お子様の健康面で、心配なことがあれば、内科校医に相談することができます。詳細は配布されているお知らせをご覧ください。希望する方は、申込書の提出をお願いします。



【1年生 6ちゃんクラスを実施しました～定期的に受診しましょう～】

今年度も千住保健センターの歯科衛生士さんにお越しいただき、6才臼歯（6ちゃん）の学習を行いました。みがきにくく、虫歯になりやすい6才臼歯を守るため、歯ブラシの使い方やおやつを選び方など、たくさんのお話を教えていただきました。

また、定期健康診断の受診結果報告書を学校にまだ提出していないご家庭に、「健康診断の結果」を配布する予定です。受診済みの方、現在通院中の方は、現在の治療内容等を保護者の方がご記入いただき、学校へご提出をお願いします。むし歯は自然治癒しない病気のため、定期的な受診が最も確実な予防方法です。3か月定期の継続的な受診をお勧めします。



【5年生 あだちっこ健康教室を実施しました】

10月21日（月）、足立区教育委員会の学務課学校保健係の方にお越しいただき、体に良い生活習慣についての学習を行いました。

子どもたちの感想文からは、『糖尿病は甘い食べ物を食べたらなると思っていたけど、色々な習慣が関わっているのだと知りました』『今日の話を聞いて、ゲームの時間を短くして早寝早起きをしようと思いました』など、自分事として捉える姿が見えました。



【5年生女子 月経指導を行いました】

鋸南自然教室に向けて、5年女子児童へ今年度2回目の月経指導を行いました。ナプキンの種類、使い方、捨て方など、児童は真剣に指導を見て学んでいました。

第2次性徴では、さまざまな体の変化がありますが、一方で体調不良につながることもあります。お子様の健康面で心配なことがありましたら、お気軽にお問い合わせください。

【生活習慣実態調査 結果】

9月中旬、前期生活習慣実態調査を行いました。結果は今後の生活習慣指導に活用させていただきます。ご家庭でも、学習の基盤となる生活習慣を整えるよう、お子様への声掛けをお願いします

裏面に結果の詳細をまとめております。お子様とぜひご覧ください。

