

ほげんだより6月

R8.6.16

No. 3 羽生東小学校 (ほげんつ)



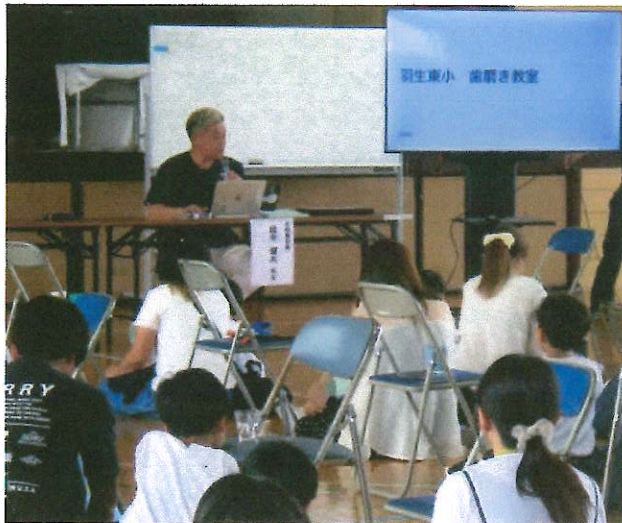
歯みがきは **2026年 標語**

体を守る 最前線

羽生東小では、歯の健康に関する
様々な取組を行いました。

5月27日(水) 学校保健委員会

学校歯科医 田中先生による「親子はみがき教室」を行いました。



むし歯の原因、みがき残しが多い場所、
正しい歯みがきのやり方、仕上げみがきの大切さ
など、くわしく教えていただきました。



あつさになれよう!
「暑熱順化」

今年も暑い夏がやってきそうです。暑さに慣れていないと
熱中症にかかる危険が高まります。少しずつ暑さに慣れていくこと、
すなわち「暑熱順化」が大切です。たとえば、適度な運動。
運動をして汗をかく習慣によって、体温調節システムが働き
やすくなります。また、お風呂につかって汗をかくことで体温を上げる
こともおすすめです。そのほか、早ね早おきや朝食をしっかり食べる
習慣も、夏の体力維持につながりますよ。

6月12日(金) 全国小学生はみがき大会

全国約6,000校が参加する「全国小学生はみがき大会」
に5年生が参加しました。歯肉のチェックやデンタルフロスの
正しい使い方など、実践しながら学習しました。

