

# みんなげんき

ツルツルピカピカ「よいはのコンクール」入賞おめでとう！

24年度 よいはの子コンクール入賞者											
6	1		6	2		6	2		6	3	
6	1		6	2		6	2		6	3	
6	1	個人名は省略してありますのでご了承ください									
6	1		6	2		6	3		6	3	
6	1		6	2		6	3		6	3	
6	1		6	2		6	3				
6	1		6	2		6	3				
6	1		6	2		6	3				

むしばがなく、<sup>し</sup>歯<sup>こう</sup>もついていない、<sup>しにくえん</sup>歯肉炎もない、とてもはがきれいで<sup>けんこう</sup>健康な<sup>ねんせい</sup>6年生の児童33人が、「よいはのコンクール」に入賞しました。おめでとう！！

## あさごはんレンジャー登場！！



「あさごはん、3つのいろでかんがえよう」の<sup>ほけんしどう</sup>保健指導を1年生におこな行いました。クラスの3人が「あさごはんレンジャー」になり、3つのいろのあさごはんの働きを、うたやおどりもまじえて<sup>まな</sup>学びました。1<sup>ねんせい</sup>年生も、<sup>しょくひん</sup>食品を3つの色に分類できるようになりました。

## 前日のすいみんと<sup>うんどう</sup>運動もあさごはんにえいきょう！

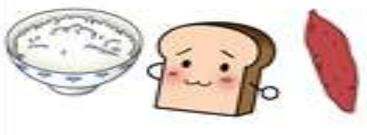
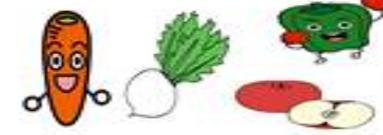
えいようバランスがよい3つの<sup>いろ</sup>色のあさごはんをとるためには、すいみんをじゅうぶんとり、ひるま外でよく<sup>うんどう</sup>運動し、「生活のリズム」をととのえる<sup>こと</sup>事が<sup>おお</sup>大きくえいきょうしてきます。あさごはんをきちんと<sup>と</sup>取ることから、<sup>けんこうづく</sup>健康作りをしましょう。

# 1 学期「げんきっこ週間」が始まります！

- 1) 実施期間 6月4日(月)～6月15日(金)の学校がある日
- 2) 「げんきっこカード」をつけながら健康な生活を身につけましょう。

はや はや 早ね早おき	は 歯みがき	いろ 3つの色の あさごはん	げんきに そとあそび	よいしせい グーチョコパー
				
ていがくねん じ ちゅうがくねん 低学年、9時。中学年、 9時半。高学年、10時ま でにねよう！あさは、6 時50分までにおきよう	にち かい 1日3回みがく ・ねるまえ・朝、 ・給食のあと ピカピカにしよう	いろ 3つの色がそろっ た朝ごはんをとろ う。朝ごはんのした くを手伝おうね！	てんき 天気がよい日 は、外で元気よ くあそび、つよ い体を作ろう。	よいしせいの 「グー・チョコ キ・パー」にき をつけて、勉強 しよう！

## 3色の朝ごはんをまい日とろう！

きいろ あさ 黄色の朝ごはん	みどりいろ あさ 緑色の朝ごはん	あかいろ あさ 赤色の朝ごはん
・たいおんをあげ、からだをげんきにすする。 ・のうのえいようをつくる。	・からだのちようしをととのえ、びようきをふせぐ。 ・のうにえいようをおくる。	・ほねやきんにく、ちをつくりからだをおおきくする。 ・からだのちからをつくる。 ・のうにえいようをおくる。
		
		

- 1年生は家庭で、2年生以上は学校でカードをつけます。つけ終わったら、得点をつけ、家の人からメッセージを書いてもらい18日(月)にもってきてください。

### 3) 給食後にはみがきをします。はみがきの学習もあります。

「げんきっこ週間中」は、給食後にはをみがきます。

ハブラシとわれないコップ、ハンカチをふくろに入れもってきてください。

はみがき学習では黒いクッキーを食べて、歯のよごれを調べる実験を行います。

食物アレルギーの人は、別紙「黒いクッキー使用アンケート」で知らせてください。

