



2024.5  
一宮市立富士小学校  
☆うちの人と一緒に  
読んでください☆

新学期が始まって1か月がたちました。新しいクラスには、もう慣れましたか。5月は、風がさわやかな季節です。からだをたくさん動かして、元気にすごしましょう！

キレイ博士といっしょにチエック！

からだ、キレイでできているかな？

**歯**

朝起きた時や食事の後は、口の中には  
細菌や食べカスがいっぱい。むし歯  
などの原因になるから、必ず歯みがき  
をしてね。



**手**

いろいろなものに触る手は、風邪など  
の原因になる細菌がいっぱい。外か  
ら帰った時や食事の前、トイレの後は、  
せっけんで手を洗おう。



**体**

毎日お風呂に入って、汗やホコリを洗い流そう。  
遊んだり運動したりして汗をたくさんかいた時は、  
下着や服も替えてね。



**前がみ**

前がみが目にかかっていると、毛先が目  
を傷つけたり、目に細菌が入ってしま  
うよ。目の上の長さにかけるか、ヘアピン  
などでまとめよう。



**つめ**

つめが長かったり角が尖っていると、自  
分や友だちがケガをする危険があるよ。  
つめを切る時は四角く、角が少し丸くな  
るように。深づめにならないように白い  
部分も少し残そう。



**ポケット**

手を洗った後にふけるように、ポケットにはいつも清潔  
なハンカチを。くしゃみをした時や鼻をかむ時に備えて、  
ティッシュも持ち歩こう。



5月14日（火）から、『せいけつしらべ』をおこないます。毎週火曜日に、『つめの長さ、朝のはみがき、ハンカチ・ティッシュ』を確認します。つめの切り忘れが多いので、「毎週、お休みの日につめを切る」という習慣をつけておくといいですね。

☆保護者のかたへ☆



- ・毎週火曜『せいけつしらべ』を行います。お子様だけでは準備が難しい場合もありますので、ご協力のほど、よろしくお願いいたします。
- ・体調や活動内容に合わせて、お子様が調節しやすい服装にいただき、『暑かったら脱ぐよ』『寒かったら、着るよ』などと、具体的な声掛けをしていただくとありがたいです。また、水とうや汗ふき用のタオル（ハンカチ）の準備もお願いします。
- ・健康診断の結果をお渡ししています。（歯科以外は、異常の疑いのあるお子様のみお渡しします。）お手元に届かれましたら、早めに専門医にご相談ください。