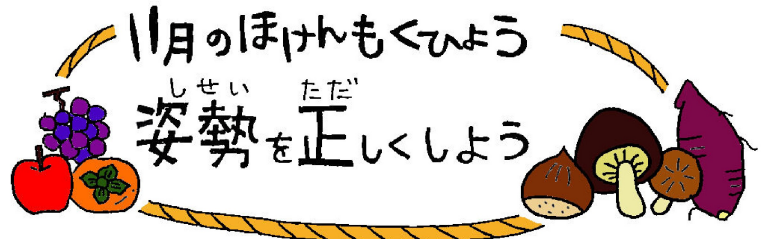


ほけんだより



貝塚市立北小学校保健室
平成27年11月2日 発行

あきば^{あきば} ひ^ひ つづ^{つづ} やす^{やす} じかん^{じかん} うんどうじょう^{うんどうじょう}
秋晴れの日が続き、休み時間には、運動場にみな
げんき^{げんき} ニえ^{ニえ}
さんの元気な声^声がひびいています。これからは、かぜやインフル
エンザのはやる季節^{季節}です。しっかり手^てあらいをしましょう!!



おいしく食べられる

たくさんかんでいるうちに「^{あま}甘み」が出てきます。また、^{あじ}味^{ちから}わ^{ちから}が^{はたら}発達^{する}すると、^か考^えら^れて^いま^す。



たくさんかんで食べるといいこといっぱい

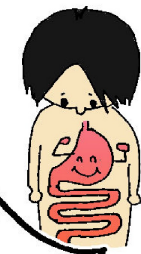
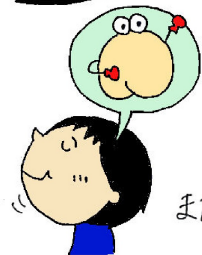
食べすぎをふせぐ

たくさんかんで、時間をかけて食べると、

脳をいげきする

アゴをうごかすことで、^{のう}脳^を刺激^し、^{はたら}発達^を助^けま^す。

また、^{のう}脳^はた^らき^を高^めるとい^われ^てい^ます。すぎをふせぎます。



消化をたすける

たくさんかむと「^だ液」が^たく^{さん}出^ます。^だ液^とま^じる^こと^で、^た食^べの^もの^は、^{しょう}消^化し^やす^い形^にな^りま^す。

表情を

ゆたかにする

口のまわりの^{きん}筋^肉が^きた^えら^れて^いま^す。生き^き生^きした^{ひょう}表^情に^なま^す。

えがおも、も^とす^てき^にな^るよ!!

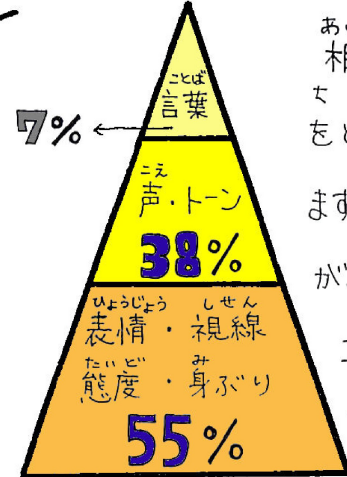


山口先生の こゝなうなれいこと ありました!!



ある日、^とレ^で出^あ会^いった^こ子^は、^せ右^{けん}で^て手^を洗^った^あと^はン^カチ^をと^り出^し、^て手^をふ^いて^いま^した。
最近、^{さい}最^近、^はン^カチ^を持^って^いる^人が^ぞ増^えて^きま^した。^{せん}先^生たちは、^とて^もう^れい^しい^です!! ^{この}調^子で^はン^カチ^を持^って^くる^人が^ぞ増^えるとい^いです^ね。

きれいな姿勢で



あいて相手とわかりあえるコミュニケーションをとるためには、3つのポイントがあります。その中でも、言葉以外のポイントが、とても大事だといわれています。コミュニケーションをとるとは、言葉をやり取りするだけではないのですね。

おうちの方へ おねがい



北小学校でも少しづつ、体調不良を訴える児童が増えてきました。これから、かぜ・インフルエンザ・胃腸炎など感染症の季節です。ご家庭でも、

- ① 朝の健康チェック
 - ② 手あらい
 - ③ きそく正しい生活を
- お願いします。

