

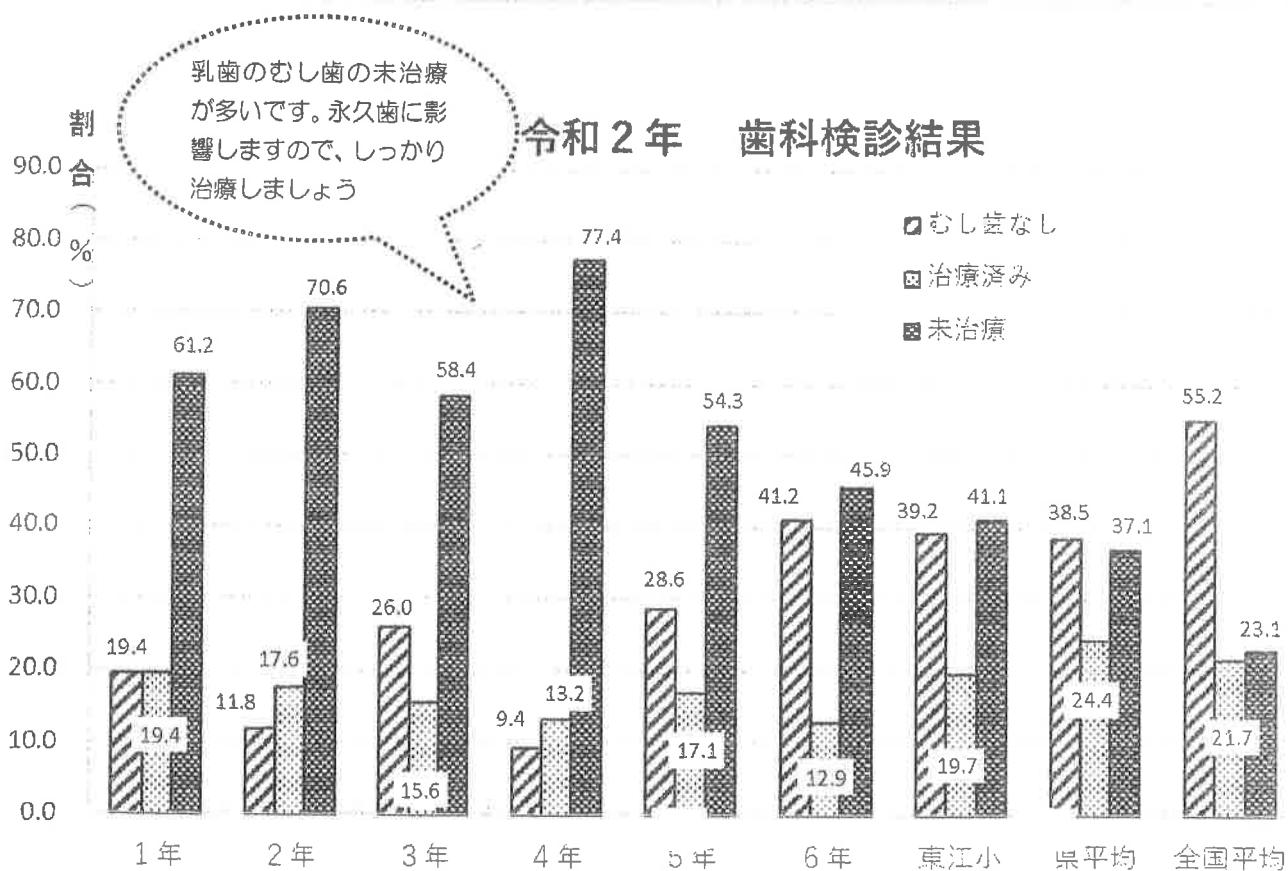
けんこういちらん

11月
号

令和2年11月20日
NO.7
東江小学校ほけん室

11月は、「むし歯治療強化月間」です。歯科健診の結果、学校から治療を勧めるお手紙をだしましたが、まだ治療していない人が230人もいます。むし歯は自然に治ることはできません。放っておくとどんどん悪くなり、歯肉炎など歯周病などの原因にもなります。また、乳歯のむし歯も永久歯に悪い影響をあたえることもありますので早めに治療しましょう！

5、6年生は永久歯に生えかわり、むし歯がない人もふえていますが、“要観察（むし歯になりそう）”の歯も多いのでむし歯にならないように、しっかりと歯みがきをして下さいね！



乳歯からずっとむし歯がない10人です。すばらしいですね。これからもがんばって下さい。

6年間
むし歯なし賞

★6年1組

渡具知惺那さん、宮里さつきさん、仲村佑真さん、

★6年2組

知念巨力さん、許田海羽さん、山川宗流さん、具志堅晴一さん

★6年3組

荻堂万陽さん、喜納かのさん、岸本恵輝さん

心と身体をリフレッシュ！

あなたの秋はどんな秋？

厳しい残暑もようやく峠を越えたようで、朝晩は涼しくて“秋”的気配を感じます。「スポーツの秋」「芸術の秋」「読書の秋」と、何をするにも快適でよい季節です。また、「食欲の秋」でいろいろな食べ物がおいしくいただける季節でもありますね。夏の暑さで疲れた心と身体をリフレッシュして、それぞれの秋を楽しんでください。

でも、日によっては汗ばむくらいの暑くなったり、気温の差が大きくなることがあります。こんな季節の変わり目は、ちょっと油断するとカゼをひきやすくなるので要注意。

- ★ 気温に合わせた服を着る。
- ★ 睡眠・栄養を十分にとる。
- ★ 外から帰ったら、うがい・手洗いをする。

などを心がけて、健康に楽しくすごしましょう！

★ 「面倒くさい！」なんて
いわないで、脱いだり
着たりできる服を準備
しましょう。



★保護者のみなさまへ

いのちと心の特別授業のご案内 「まわりとちがっても大丈夫」

講師：竹内清文 先生

日時：令和2年12月4日（金）

5校時（14:05～14:50）：3・4年生

6校時（15:00～15:45）：5・6年生

保護者のみなさまもご自由にご参観下さい

（感染症予防のためマスクをご持参ください）

場所：東江小学校 体育館



レインボーハートプロジェクト okinawad 代表・講師：竹内清文

沖縄県豊見城市在住、岡山県津山市出身、43歳、ゲイ。北海道大学文学研究科修士課程修了。

大学卒業後、2003年からJICAに勤務。2007年に体調を崩したことから自分の生き方を見つめ直し、2008年に退職。スペースクリアリングのトレーニングを受け、2012年に瞑想の学校であるクレアビジョンに通うなどして研鑽を積み、現在、ガラクタ整理師、スペースクリアラー、IST プラクティショナーなど、様々な肩書きで活動中。LGBT・性の多様性をテーマに、自分の心を整え、自分に正直に生きる大切さをピンクの衣装で伝えています。2016年度10月から、全国延べ200以上の小・中・高・特別支援学校にて講演会を行い、教職員研修、自治体職員研修、PTA講演会、大学や一般対象講演会等を多く実施しています。