

## まつぐみ、たけぐみのみなさんへ

げんきなねんちょうぐみさん、こんにちは♪

きょうは、①「たいおんのはかりかた」②「はみがきのしかた」をおつたえするよ！じぶんでやってみよう。

★保護者の皆様へ

年長組に進級した子どもたちは、自分でできること、自分で気付くことがたくさん増えてきたことと思います。年中組の後半時も、分からないことがあればどうしたらいいか聞いたり、気分がすぐれない時には自分から言いに来たりする姿もありました。今回は、自分で体温を測り自分の体調を知ることと、年中組から引き続き行ってきた、歯磨きの2つについてお伝えします。是非、仕上げの歯磨きは、おうちの方の御協力をおねがいたします♪

### ①やってみよう！しってみよう！じぶんのたいおん！



①たいおんをみえるむきにし、わきのちゅうしんに、あたるようにする



②やじるしのようにすこしおしあげるようにはさむ



③わきと、たいおんけいがくつつくようにして、うでをかるくおさえる

★うえからさしこんだり、よこからいれたりするとたいおんがはかりにくいのできをつけてね。

★まいにち、あさとゆうがたの2かいのけんおんをしよう！

★おうちのひとがみているところでしっかりはかり、さいごは、おうちのひとにかくにんをしてもらおうね！

★わき のほかにもみみや、くちでははれるたいおんけいもあるよ。しらべてみてね！



### ②ていねいに じぶんのはをみがこう！



①おくば からしっかりみがこう。  
(はブラシの けさきが1ぽん1ぽん ていねいにあたるようにしよう)

②はがぬけているところは となりの  
はをみがこう！  
(やじるしの  
ところ)



③まえばのうらは、はブラシのかかかをつかおう！



★はみがきのじかんは、やく3ふんほど、ていねいにおこなうといいよ。  
おうちにすなどけいがあるひとは、つかってみよう！

