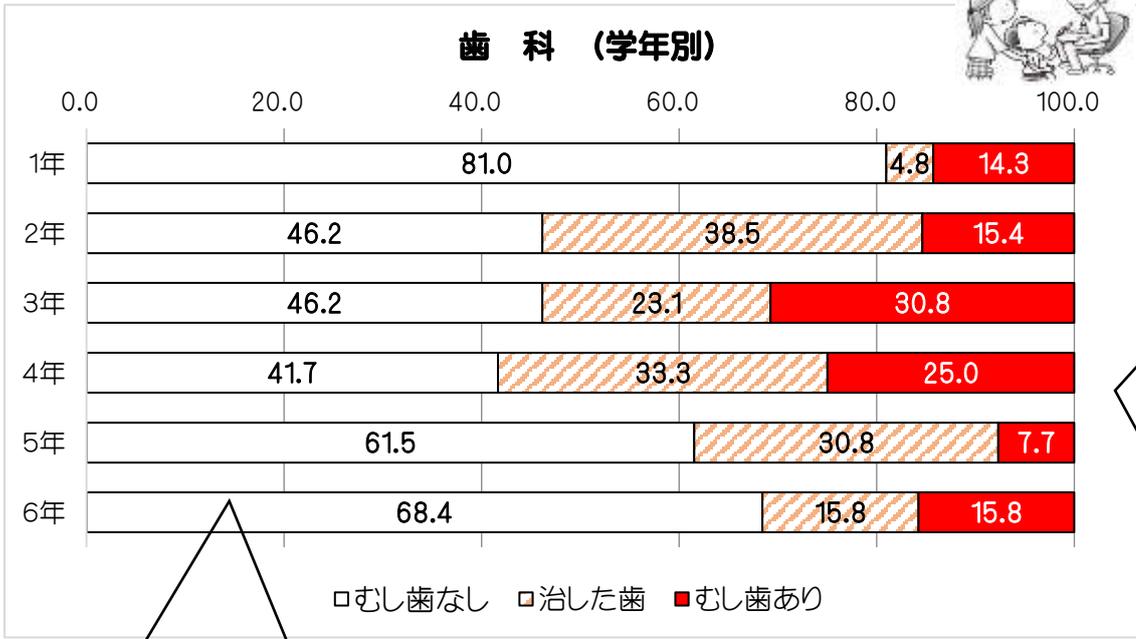


ほけん だより 6月

令和4年6月
片上小学校
保健室

梅雨の季節になりました。ジメジメするし、外で遊べない、服もカバンも濡れる…と嫌がる人もいるかもしれませんが、畑のお米や野菜が育つためには雨が必要。夏のプールも水不足では入れません。雨の日も工夫をして楽しく過ごしたいですね。



むし歯が
あった人
16人

うち、受診済み
6人

早めの受診、
ありがとうございます。

高学年は「むし歯なし」が多いですが、これは、大人の歯に変わったばかりだからです！！
毎日のはみがきを丁寧にしましょう！



みがいたつもりになってない？

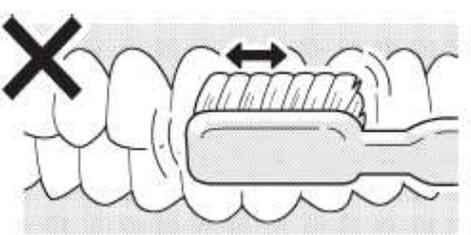
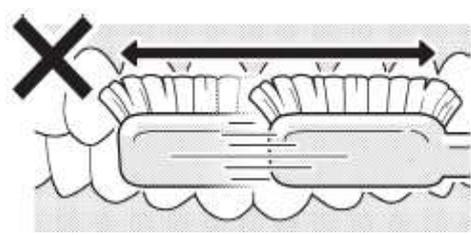
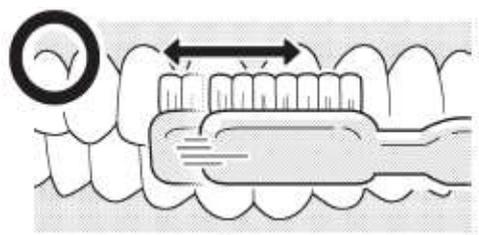
歯ブラシの動かし方に注意しよう



力を入れずに、毛先が歯の表面にまっすぐ当たった状態で、歯1～2本分のはばで小刻みに動かすと、歯こうをきれいに落とせます。

何本もまとめてみがこうとすると、力が入りやすくなり、毛先が曲がって歯こうが落ちにくくなり、みがき残しが多くなります。

歯ブラシを小刻みに動かしてみがいたつもりでも、毛先が動いていないと歯こうは落ちません。鏡で毛先をよく見てみがきましょう。



プールに入る日は健康観察をしっかりと

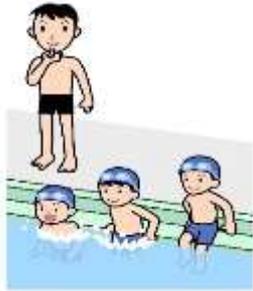
久しぶりの学校でのプール！毎回、楽しむことができるように、プールに入る日は、健康観察をいつも以上にしっかりと行ってください。

プールに入る前！

- 朝ご飯を食べたか
- きちんと夜寝たか
- 熱はないか
- 頭痛やせきはないか
- 下痢や腹痛の症状はないか
- 手足のつめは短いかな



体調管理は事故予防につながるよ！



プールに入っている時！

- 先生の話をよく聞く
- プールサイドは走らない
- つらいときには先生に言う
- いたずら禁止

暑くなってきました



マスクをはずす！そんなときには...

人と距離をとる！話さない！



登下校



運動やおにごっこなど外遊び



自然観察

文科省・厚労省リーフレットより



せっけんを使って手をあらおう！



保健委員が毎週せっけんをつめかえているよ！

