

ほけんだより



こんげつ けんこうもくひょう
＜今月の健康目標＞
は かんしん も
歯に関心を持ち、
じぶん は
自分の歯をしっかりとみがこう

うとうしい梅雨の季節を間近にひかえ、すっきりしない天気が続いています。ジ

メジメすると体が疲れやすくなるので、早寝早起きをして元気に過ごしましょう。

雨の日は、お部屋で静かに過ごして心と体を休める大チャンス。しとしと降る雨の

音を聴きながら、自分の心や体をゆっくり休ませてあげましょう。また、急に暑く

なったり寒くなったり天気が安定しません。自分で上着を着たり脱いだりして上手に

調節しましょう。



危険 傘さし運転

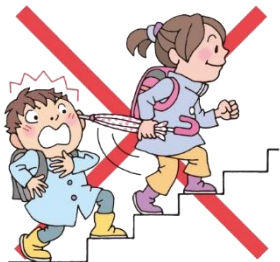


まわ 周りをよくみてあるこう

あめ きせつ でばん おお
雨の季節はかさの出番が多くなります。

かさの正しい使い方ができているかチェックしてみよう！

□ かさの持ち方 注意！！
こんな持ち方していないかな？
している→× していない→○



うしろを歩く人に
かさの先が当たってあぶない！

□ かさをさしながら自転車の運転していない？
している→× していない→○



かささし運転は
前が見えなくてあぶない！

□ かさを振り回して遊んでいないかな？
している→× していない→○



かさは武器じゃないよ！

□ 道路で横に広がって歩いている
している→× していない→○

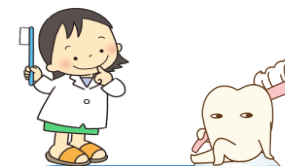
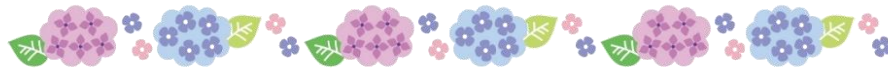


広がって歩くと通行の
じゃまになるよ！

内科健診	
6/2(火)	前回欠席者・1・6年
6/5(金)	前回欠席者・2・4年
持ちもの ・上下体育着 (前日はお風呂に入り体を清潔にしておこう)	

歯科保健 指導	
6/13(土)	学校公開日
2時間目	1-1・1-2・2-1
3時間目	けやき・2-2
持ちもの ・6/10(水)までに ①手鏡 ②洗たくばさみ1個 ③フェイスタオル1枚(汚れてもいいもの)をビニール袋に入れて持たせてください。 ・当日はいつも使っているコップ・歯ブラシを持ってきてください。・染出し液が付着すると取れません。よごれてもいいお洋服を着てきてください。	

※詳細の内容は5/26に対象学年へさくら連絡網で配信しています。そちらもご覧ください。



しこうそめだ えき しやう は
歯垢染出し液を使用し、歯
のみがき残しをチェックし
ます。当日の朝はいつも
以上に念入りに歯磨きをし
てきてください♪ 歯科
矯正中など、配慮が必要
な人は事前に連絡帳等で
担任へお知らせください。

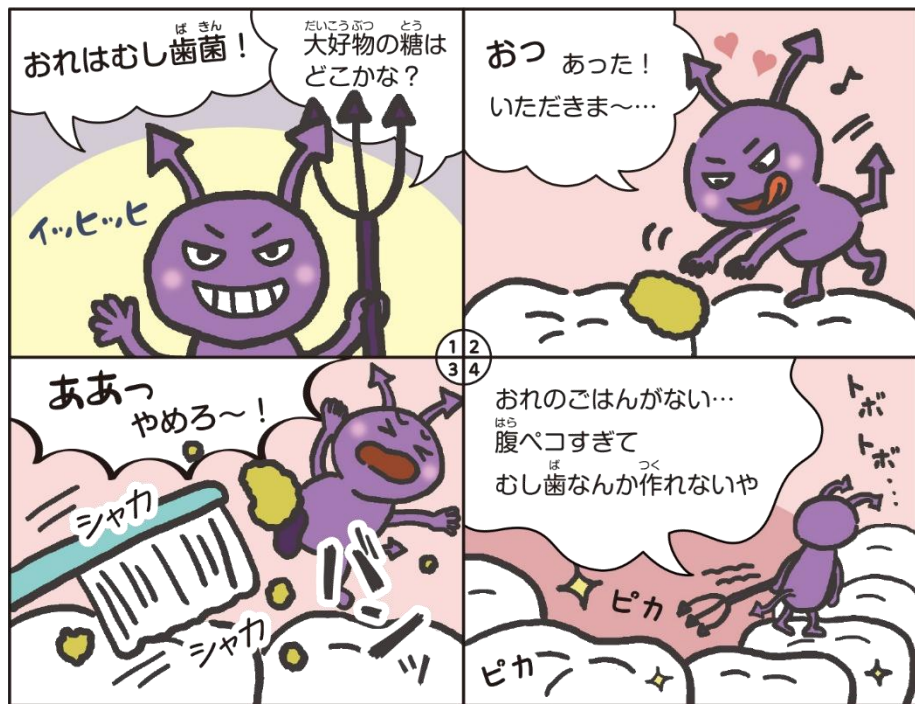
正しい
傘の使い方
を
雨の日も安全に過ごそう！

6月4日～10日は
歯と口の健康週間



先月中旬に歯科健診の結果を全員へ配付しました。その中で、C0（要観察歯）の人が多く見受けられました。学校歯科医の鳥飼先生は、C0（要観察歯）はむし歯の一步手前。健診結果のお知らせではC0は経過観察となっていますが、早めに歯科医院を受診して適切なケアでむし歯への進行を食い止めましょう、とおっしゃっていました。

むし歯菌と競争だ！



ポイント

食べたら歯みがき。
むし歯菌が糖を食べて元気になる前にきれいにしよう。



みがきのこしが
起きやすい場所



健康診断
受けて終わり
じゃ
もったいない!

受診のおすすめ
をもらったら
早期治療の
チャンス



気になるところが
見つかったら
せいかつ
みなお
生活を見直す
チャンス

結果がバッチリ
だった人は
自分の
良いところに
気づける
チャンス

