

南牧小保健室

No. 4

H.30.5.30

がつ はい がつき はんぶんす なつ む こうはん げんき い
6月に入り、1学期も半分過ぎます。夏へと向かう後半も元気に行きましょう！

がつ ほけんもくひょう は たいせつ
6月の保健目標：歯を大切にしよう



学校では、各学年で歯科指導を実施したり、子どもたちがかいた、よい歯の図画・ポスター・標語を展示したりしています。(力作ぞろいです！)ご家庭でも歯みがきの様子を見ていただき、話題にしていただけるとよいと思います。



歯科検診の時、学校歯科医の「ゆう歯科クリニック」落合先生より…「あまりみがけていない子もみられます。家では唾液のでない就寝前は特にていねいにみがいてください」



小学生は、乳歯から永久歯に生えかわる混合歯列期で、歯のみがきにくい時です。ぜひ**仕上げみがき**をお願いします。

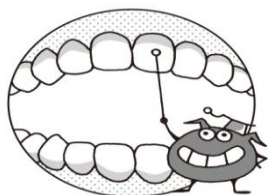
児童の約6割が軽症を含めて歯肉炎の症状がありました！



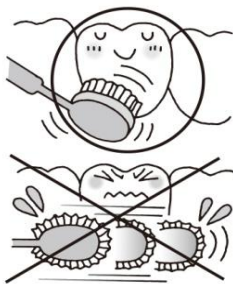
乳歯のむし歯や不具合は、後続の永久歯に悪影響があるので**す！**

4月の歯科検診の結果で、歯科受診が必要だった場合は早めの受診をお願いします。

対歯肉炎！歯みがきポイント



歯と歯肉の間をやさしく



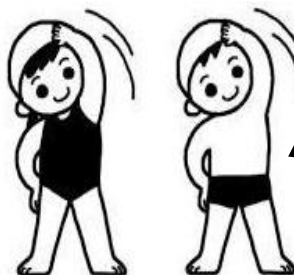
力の入れすぎはよくない



生える途中の歯は低くてみがきに
にくいので、一本ずつみがく

6月の保健関係行事

- 12日(火) プール開き式
- 18日(月) スクールカウンセラー勤務日
- 19日(火) なかよし給食
- 26日(火) 心臓検診 1年生
学校保健委員会
- 27日(水) 胸部X線撮影 1年生



水泳の授業が始まります。それに伴って保健調査をしますので、4日までに提出してください。よろしくお願いします。

梅雨の生活

こんなことに気をつけて快適に

調節しやすい服装で

暑かったり肌寒かったりするので、上手に衣服で調節しよう

食中毒に注意しよう

予防の基本は手洗いです

晴れ間を大切に

窓を開けて風を通そう。
外に出て体を動かすと心も体もスッキリ



体を清潔に

ムシムシして汗をかきやすいので、タオルを忘れずに

雨の日はケガに注意

カサでまわりが見にくく、足もとすべりやすいので気をつけて！



①水筒持参のおすすめ

だんだん暑くなってきました。

水分補給のため、水筒の持参ができます。畑へ作業に行くときや体育の後などあるとよい時もありますので、ご家庭の判断で持参させてください。中身は砂糖の入っていないお茶か水です。氷を入れても OK です。もちろん学校の水道水も、飲料水として飲んでも問題はありません。



水筒は毎日よく洗って乾燥を

