

保健だより

6月

大類小 保健室 平成29年6月1日

きょう がつ もうすぐ すいえいがくしゅう はじ 今日から 6月。もうすぐ水泳学習が始まります。けがや事故がな
あんぜん たの す きょうりょく ねが ぐ、安全に楽しく過ごせるよう、ご協力をお願いいたします。



すいえいまえ かくにん 水泳前には確認しよう！

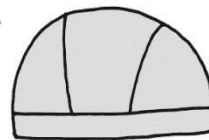
- ◎つめは短く切ってください。(手・足)
- ◎目のかゆみはありませんか？耳鼻科の治療は済みましたか？
きになる しょうじょう があるれば はやめに じゅしん、治療を済ませてください。
- ◎夜更かしせず、早目に寝るよう心がけてください。
- ◎朝食はしっかり取ってください。
- ◎「アタマジラミ」はありませんか？チェックをお願いいたします。
しんぱい がある場合は、学校へお知らせください。

アタマジラミは、卵 →
ようちゅう せいちゅう じゅん 幼虫 → 成虫の順に
せいちゅう たまご かみ 成長します。卵は、髪
の毛にくっついてお
り、フケとはちがい、指
でつまんで取り除こう
としても簡単には取れ
ません。
みわ 見分けるのが難しい
ばあい ほけんしつ 場合は、保健室まで、ご
そうだん 相談ください。



「うつさない」と 「うつらない」のために

☆おふろで体(とくに頭)を
しっかりあらおう



☆帽子やタオルなどの
かしかりをしない

☆おうちの人にときどき
チェックしてもらおう

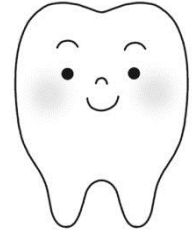


☆ ^{がつ}6月の保健目標 : ^は歯を大切にしよう☆

6月13日～6月23日に、各クラスで、『^{かく}歯垢染め出し』を行います。(2～6年生)
^{ふだん}普段の歯みがきは、^{じょうず}上手にできているでしょうか。自分の「^{しぶん}みがき残し」の部分を^{おこな}確認して、
 これからの^は歯みがきにつなげましょう。

< ^{かてい}家庭で準備するもの > ※^{わす}忘れ物がないように^{ねが}お願いします。

- ・^は歯ブラシ ・^{こップ}コップ ・^て手かがみ ・^{たオル}タオル
- ・^{せんたく}せんたくばさみ ・^{あか}赤えんぴつ



^{じょうぶ}丈夫な^は歯のために・・・よくかんで よくみがこう！

「かむとつかれるし、めんどくさい」「^{くち}口に入れたら、
 あとはどう^た食べてもいっしょじゃないの？」と思っ^{おも}ていませんか。よく
 かんで^た食べると、^{からだ}体にとっていいことがたくさんあります！

◎あごがきたえら
れる！
⇒^は歯や^は歯ぐきもじよ
うぶになります

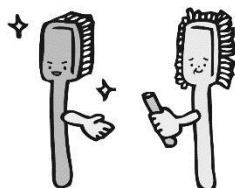
◎^{えき}だ液がたくさん
で
出る！
⇒^ばむし^{よぼう}歯の予防にも
つながります

◎^た食べものを^{しょうか}消化
しやすくなる！
⇒^い胃や^{ちよう}腸のはたらき
をたすけます



? ^は歯のよごれ、どこにたまりやすい??

ひろがったら「^と取りかえ」のサインです



◎ ^は歯と^は歯のあいだ



◎ ^は歯と^{しにく}歯肉のあいだ



◎ ^ばおく^は歯の「みぞ」



◎ ^は歯ならびの^{おうとつ}凸凹

