

ほけんだより 6月

令和5年 6月 広南小学校 保健室

6月になりました。急に気温が上がって汗をかいたり、かと思えば夕方ごろには寒くなったり、気温の変化が激しいと体調を崩しやすくなります。衣服で上手に調節し、体調管理に気を付けましょう。梅雨が明けたら、ピカピカの夏はすぐそこですよ。

今年度の定期健康診断は終了しました

何か病気や異常が見つかった人は、お知らせを出していますので、おうちの人と相談して早めに専門医のところに行ってください。

もうおプールが始まります

準備はいいですか?

体調を整えて、充実した水泳学習にしましょう!

- 水泳学習の前に確認!**
- 1 病気・けがのある人は、お医者さんに相談しましょう。
 - 2 体を清潔にしておきましょう。
 - 3 睡眠を十分にとりましょう。
 - 4 健康観察を忘れずにしましょう。
 - 5 朝食をきちんと食べましょう。
 - 6 準備運動をしっかりしましょう。

雨の日の危険

かさを差していると、いつもより視野がせまくなるため、人にぶつかったり、事故にあったりする危険が高まります。雨の日は、いつも以上に注意して行動しましょう。

歯を守れ! 怪盗ハスケからの予告状

怪盗ハスケ! 怪盗ハスケから暗号の予告状です!

予告状
 ガクんのC1・GOの
 をいただきます。
 怪盗ハスケ

ハスケ! いったい何を盗むつもりだ!? ハスケめ!

「ハ」スケ…か!

「ハ」スケ…か! ガクんのC1・GOの
 をいただきます。
 よし! ハガクんのもとへ急ごう!

ハガクんのいえ

歯みがきを!!? していないだと

怪盗ハスケから予告状が届いたぞ

C1(初期のむし歯)とGO(軽度の歯肉炎)があるではないか。歯みがきをしないと、歯を盗まれてしまうぞ!

歯みがき、面倒くさいから最近してないな~

わっ! ひっくりした

歯がなくなると、こうなるぞ

- ・食べ物をおいしく食べられなくなる
- ・うまく話せなくなる
- ・体のバランスが悪くなる
- ・歯を見せて笑うのが恥ずかしくなる

おいしいもの食べたいし、友だちともいっぱい話したいよ!

歯みがきするー!

ハガクんの歯をいただく計画を進めるか

歯みがきしたのか?!

ん?…歯垢と連絡がつかないぞ! まさか!

歯をずっと大切に

毎日みんなも歯をみがこうね

6月4日~10日

歯と口の健康週間

ほけんしつ 保健室からのお知らせ

給食後の歯みがきを再開します!

新型コロナウイルス感染症対策のため、給食後の歯みがきを中止していましたが、感染症対策の見直しを行い、学校歯科医に相談した上で、給食後の歯みがきを再開することとなりました。

学校用の歯みがきセットの用意をお願いします。

食後の歯みがきを習慣化し、むし歯や歯周病の予防につなげていきましょう!

