

ほけんだより 6月

千早小吹台小学校
保健室 2019.6.12

むし暑かったり、急に肌寒くなったりと、気温の変化の激しい日が続いています。熱中症の心配もありますし、体調が悪くなる人もチラホラいます。水泳学習も始まりました。夜は早めに寝て、健康管理に気を付けましょう。

6月の体重測定の後、熱中症

についての保健指導をしました。熱中症の症状・予防・応急処置などの勉強でした。学校では、6月から9月の間、「熱中症指数」という熱中症の危険度を測定し、みなさんにお知らせしています。

安全から危険まで
5段階でお知らせ



6月21日(金)、歯みがき指導があります!

2時間目→4・5・6年生 3時間目→1・2・3年生
歯科衛生士さんが来られて、各学年1時間ずつ指導していただきます。

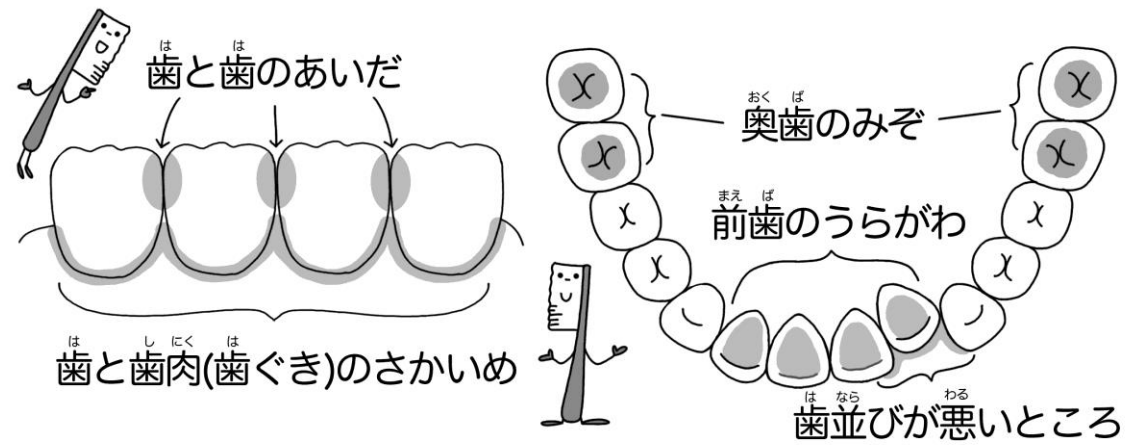
もちもの

- ① 歯ブラシ
- ② うがい用のコップ
※携帯用の小さいコップではなく、150ml ぐらい入るもの
- ③ 吐き出し用の紙パック
※牛乳パック1個 用なら半分に切っておく
- ④ タオル
※汚れてもいいもの、ハンドタオルではなく首に1巻きできるもの、幅の狭いスポーツタオルは避ける、約30cm × 70cm が望ましい
- ⑤ せんたくばさみ (2つ)
- ⑥ 手かがみ

明日、6月13日(木)、歯科検診があります。
朝ごはんの後、丁寧に歯みがきをしてきましょう。

毎年、歯科検診の時に、歯垢(みがきのこし・細菌のかたまり)がついている人が多くいます【昨年度は106人中48人】。歯垢をそのままにしておくと、むし歯や歯周病(口の中の病気)になりやすいです。歯科検診では、歯垢かむし歯かの見分けが難しいこともあります。1本1本、丁寧に歯みがきをしましょう!

みがき残しやすいところは、ここだよ!



おうちの方へ

- ① 全学年頭髪チェックを行った結果、アタマジラミの確認はありませんでした。今後も、ご家庭での定期的なチェックをお願い致します。発見された場合は、必ず学校へご報告ください。
- ② 【2~6年生対象】歯みがき指導の際、歯の矯正をしているお子さんのうち、歯垢染色液(赤色の液)の使用を希望しない場合は、下の用紙をご提出ください。
※1年生は、歯垢染色液の使用はありません。

【※2~6年生のみ】 _____ 年(名前) _____ 6月19日(水)締め切り

6月21日(金)の歯みがき指導の際、歯列矯正中のため、

歯垢染色液の使用を希望しません。