

ほけんだよ！6月

平成 28 年 6 月 1 日 (水)
宗岡第四小学校 保健室

今月の生活目標
は けんこう
歯の健康にきをつけよう！

雨の日が少しずつ増え、梅雨入りももうすぐです。道には様々な色のあじさいが咲き始めています。あじさいは、土が酸性だと青色、アルカリ性だとピンク色になるそうです。少し気にしながら、見てみると楽しいかもしれませんね。



もうすぐプールが始まります！

6月8日にプール開き集会があり、いよいよ水泳の授業が始まります。暑い日のプールはとても気持ちが良いですが、少し間違えると、とても危険なスポーツです。楽しい水泳学習にするために、しっかり準備を整えてのぞみましょう。

プールの前には…

- 1 手足のつめを切ってこよう。
- 2 朝ごはんをしっかり食べてこよう。
- 3 準備運動をしっかりしよう。

プールの後には…

- 1 シャワーで全身をあらおう。
- 2 整理運動をしっかりしよう。

○友だちとぼうしやタオルを貸したり、借りたりしてはいけません。

○耳鼻科・眼科の検診で治療勧告書もらった人は、お医者さんの許可をもらわないと、プールには熱い・75℃で1分以上
中心まで火をとおす

○おうちの冷たい・冷蔵庫は10℃以下
冷凍室は-15℃以下

食中毒を防ぐには
10日は

- きれい・手を洗う
- 早い・包丁、まな板、布巾の除菌
- 早い・食材はすぐに冷蔵庫に
- 手早く調理
- できたら早めに食



は くち けんこうしゅうかん 歯と口の健康週間

6月4日～10日は歯と口の健康週間です。歯は一生使う大切なものです。歯と口の健康についても一度考えてみましょう。ここでは、かむことの大切さについてお話します。

よくかむと…『体力がアップ!』
『脳がよく働く!』
『味がよくわかり、うん!』
『発音をはっきりして、お話し上手に!』

～よくかむためのヒント!～



- ①はみがきカレンダー [6月6日～10日、給食後に、はみがきカレンダーをします。]
- ②歯科朝会 [6月7日(火)8:30～ 体育館で学校歯科医の前川成男先生にお話をいただきます。]
- ③臨時の歯科健診 [歯科健診を欠席して受けられなかった人が健診をします。]
- ④学童歯みがき大会(6年生のみ) [6月3日(金)13:30～]
- ⑤歯と口の健康週間標語(保健給食委員会) [保健室前に標語を掲示します。]

●歯科健診の結果

	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生	合計
健診を受けた人	68人	57人	46人	68人	65人	47人	351人
むし歯があった人	20人	8人	11人	17人	8人	6人	70人



今月の保健行事(歯科以外)

- 2日(木) 発育測定1・2・3年生
- 9日(木) 内科健診3・4年生
- 29日(水) 脊柱側彎症健診5年生
- 6日(月) 発育測定4・5・6年生
- 17日(金) 内科健診2・5年生