



ほけんだより

6月に入り、雨の日が多くなってきます。沖縄はすでに梅雨入りをしたそうです。雨の日は道路や廊下が滑りやすくなります。大きなけがにつながらないように、落ち着いて過ごしましょう。

<6月の保健目標>

歯を大切にしよう！



むし歯・歯周病の原因

プラークはこうやってできる！

ものを食べて、歯みがきをしないと...



歯に食べカスが
残る



細菌が食べカスの
糖質でプラークを作る



そのため、食後の歯みがきがとても大切です！

続けよう！ むし歯になりにくい生活習慣

すいえい じゅぎょう はじ
水泳の授業が始まります！

健康・安全に泳ぐために、プールに入る前に次のことをチェックしておきましょう。

- 目や耳・鼻の病気の治療は済んでいますか？
- 爪は短く切っていますか？
- 朝ごはんを食べましたか？
- 体の調子は悪くありませんか？



保護者用

6月に入り、蒸し暑い日が続いています。不快な暑さや気圧の影響で、体調をくずしやすい季節です。熱中症予防について学校でも呼びかけています。御家庭でも、引き続き健康観察をお願いします。

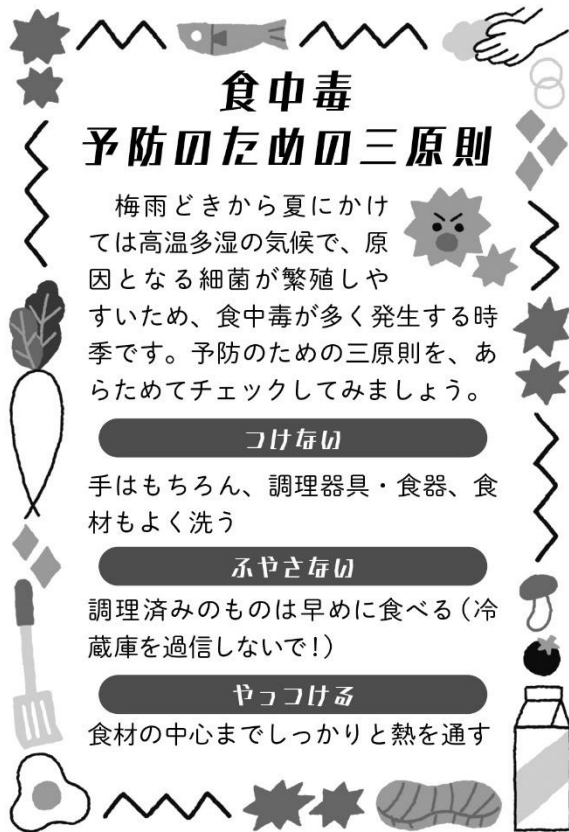
＜6月の保健関係行事予定＞

日にち	行事	備考
6月1日(木)	学校保健委員会	
6月5日(月)～ 6月9日(金)	歯と口の健康週間	プラークチェッカーを配付します。
6月7日(水)	歯科衛生士指導(4年生)	歯ブラシを使用します。
	聴力検査	1・2・3・5年生が対象です。
6月16日(金)	健康の日	歯の健康指導を行います。
6月21日(水)	内科検診	「結核に関する問診票」の提出をお願いします。提出期限：6月5日(月)
	食育の日	「バランスよく食べよう」
6月28日(水)	メディアコントロールデー	めあての設定、声掛けをお願いします。

食中毒 予防のための三原則

梅雨どきから夏にかけては高温多湿の気候で、原因となる細菌が繁殖しやすいため、食中毒が多く発生する時期です。予防のための三原則を、あらためてチェックしてみましょう。

- コけなげ**
手はもちろん、調理器具・食器、食材もよく洗う
- ふやさなげ**
調理済みのものは早めに食べる(冷蔵庫を過信しないで!)
- やっコける**
食材の中心までしっかりと熱を通す



歯と口の健康週間について

～指導内容～
六月五日(月)～九日(金)に歯と口の健康週間があります。

今年度も感染予防のため、染め出しの錠剤(ブラークチエッカー)を配付します。歯と口の健康週間に御家庭で歯の染め出しを実践してみてください。振り返り用のチエックシートもお配りしますので、実践後に記入し学校に御提出ください。よろしくお願いします。

※全員が必ず行うものではありません。
お子さんの健康状態等の不安がある方は、提出は結構です。



スクールカウンセラー 来校日の御案内

相談希望は、別紙「6月・7月のスクールカウンセラー面談について」からQRコードを読み取りフォームへ入力または、担任や養護教諭までお知らせください。

🌸 6月23日(金) 8:30～12:30

🌸 7月14日(金) 8:30～12:30

