

保健だより

八代市立龍峯小学校保健だより
令和3年6月



歯の染め出しにチャレンジ!

6月は歯と口の健康月間です。例年、各学級に養護教諭が入り、歯の染め出しをして正しい歯の磨き方を指導するのですが、昨年度に引き続き、今年度も新型コロナウイルス感染症拡大防止のため実施できていません。そこで今年は、おうちで歯の染め出しにチャレンジしていただければ幸いです。

この保健だよりの右上に、歯の染め出しができる錠剤をつけていますので、下の使い方をご参考に、よろしかったらぜひ歯の染め出しにチャレンジしてください。磨き方のくせが出て、磨き残しやすいところが見つかりますので、毎日の歯みがきの参考にしてください。

歯の染め出しのやり方



- ①前にタオルなどを
つけ、汚れても良い
ようにします。



- ②錠剤を取り出して口
に入れ、奥歯でかんで砕
きます。



- ③舌を動かして歯全体に
薬を行き渡らせます。



- ④薬をはき出し、一度水
でうがいをします。



- ⑤濃いピンクに染まったところが磨けていないところ(歯垢のついたところ)です。丁寧な歯みがきで落ちます。

※染め出し薬は、万が一飲み込んででも人体には影響ありません。

健康診断の結果を配布しました

健康診断が終わりました。病院受診が必要な場合のみ、保健室連絡用袋に治療のお知らせを入れて配付しています(歯科のみ要治療の児童以外にも配付)ので、早めに受診をお願いします。特に耳鼻科・眼科(アレルギー性のもの等)はプール授業で悪化する場合がありますので、プール授業前に一度受診をお願いします。

※学校での健康診断はスクリーニング(病気の疑いを見つけ出すもの)ですので、病院受診の結果「異常なし」と診断されることもあります。



ほけんだより



はい とき ちゅうい かくにん プールに入る時の注意を確認しよう



つめ き
爪を切ろう



まえ ひ
前の日は
はや ね
早く寝よう



みみそうじ
耳掃除をしよう



タオルやゴーグル等の
か貸し借りはしません



たいちょう わる
体調が悪いときには
せんせい い
先生に言おう



あさ ごはんを食べてから
がっこう い
学校へ行こう



プールの前と後には
てあら
手洗いをしよう

あたま むし ちゅうい 頭にくつつく虫に注意!

なんだか ^{あたま}頭がかゆいという人はいませんか? 「アタマジラミ」という、^{あたま}頭にくつつき ^ち血を吸う虫に気をつけましょう。友達と ^{あたま}頭をくつつけたり、^{ぼうし}帽子やタオルを貸し借りしたりするとうつることがあるので、^き気をつけましょう。



こんな ^{むし}虫です。右のよ
うな ^{たまご}卵を ^{かみ}髪の毛に産
みます



^{あたま}頭の ^{うし}後ろの方や ^{ほう}耳
の ^{うし}後ろにいること
が ^{おほ}多いです。



アタマジラミが ^み見つかったら、
^{やっきょく}薬局にある ^{とくべつ}特別なシャンプー
やくしで ^{たいじ}退治しましょう。