

ほけんの窓口出口



令和8年6月4日発行 芦北町立佐敷小学校 養護教諭 出口友理恵

ふたり 2人になって えがおましまし 笑顔マシマシ ほけんしつ 保健室

先週から、佐敷小学校の保健室に教育実習生の佐々木蓮美先生が来ています。教育実習は6月12日(金)までです。保健室での対応や、4年生と6年生の歯科保健指導などをしていただきます。



かわく前 飲んで予防 熱中症



暑い日が続いています。佐敷小学校の運動場と体育館に『暑さ指数計(気温・湿度・地面からの照り返しから、どれくらいの負担がかかるかを判定するもの)』設置して毎日数値を確認しています。



ぼうし 帽子をかぶるんジャー

はやね 早く寝るんジャー


かわく前に飲むんジャー

あさごはんを 食べるんジャー

すまいる かいわい 『スマイル界限』 『かわく前に飲む』

かわく前～ かわく前～ かわく前に飲む

のどが～ かわいて 飲んだ～ ときには～ おそいよ かわく前に飲む




でぐチャンネル 毎週火・木 生放送

『ほけんの窓口・でぐチャンネル』は、スタートして1か月が経ちました。保健委員はスマイル界限というチーム名で歌手活動を続けています。スマイル界限の歌を覚えて、口ずさんでいる人もいます。今月の保健目標は『歯を大切にしよう』です。そこで、でぐチャンネルでは、歯に関する内容をお送りしています。スマイル界限の新曲『歯を大切に♪歯みがきをしよう』も、ぜひ覚えてくださいね。



は 歯みがきで 歯も心も みがこうね

6月4日～10日は

歯と口の健康週間



先日、1・6年生の歯科検診がありました。

6月8日(月)は2・5年生、6月9日(火)は3・

4年生の歯科検診があります。その後、全員

へ歯科検診の結果を配付します。



むし歯になりやすい生活をしていませんか？

歯みがきをしていれば、むし歯にならな
いと思っている人もいるかもしれませんが、そんなことはありません。むし歯に
なりやすい習慣があります。

甘いものばかり食べる

甘いものはむし歯菌の大好物。食べ過ぎやずっと口に
入れておくのは避けましょう。



あまりかまずに食べる

だ液には口の中をきれいに保つ役割があります。よくかまないで
液があまり出ないので、むし歯になりやすくなります。



～しながら食べる

テレビなどを見ながらだらだら食べると、口の中が長い時間むし歯菌に弱
い状態になってしまいます。



心当たりがある人は生活を見直してみましょう。

子どもたちを守る力を高めます



5月27日(水)、緊急時の対応について、職員研修を

行いました。いつ、どこで、何が起こるかわかりません。

職員全員が、緊急時に、迅速、かつ的確に対応できるよう

に、心肺蘇生やAEDの使い方について学びました。さら

に、役割分担して、救急車の要請や保護者連絡、他の

児童への対応などを実際に動いて確認しました。

