

じどう
★児童のみなさんへ★

おうちのひとといっしょによみましょう

令和6年
6月10日
宮地小学校
保健室 鳥江

ほけんだより 6月

6月の ほけんもくひょう 「**は くち たいせつ** 歯と口を大切にしよう」



ひと せいかつ
むしばがない人はどんな生活をしているのかな？



ジュースよりも水や
お茶をえらんでのむ



おやつは決まった時間
に食べる
だらだら食べ続けない



むしばがなくても
歯医者さんにも
もらう

いい歯でいい笑顔



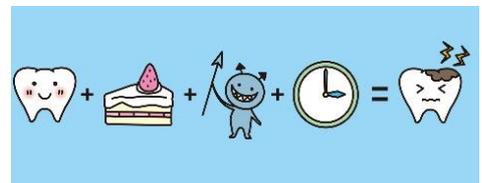
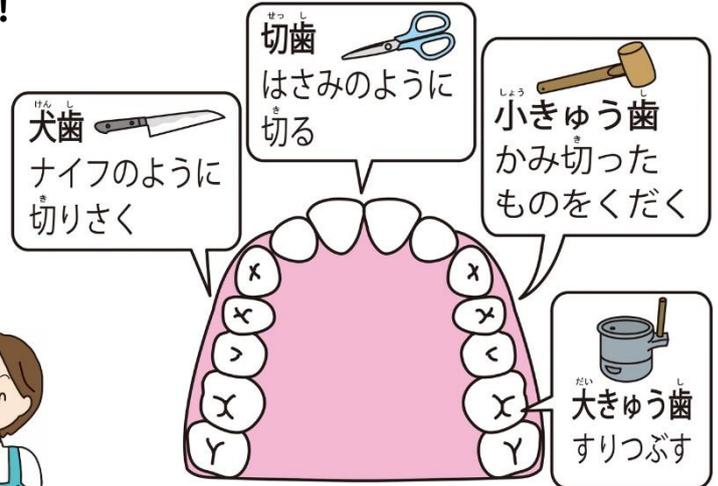
😊 「**は** 歯みがきががんばろうカード」は
まいにち取り組めたかな？
11日（火）に出してくださいね！

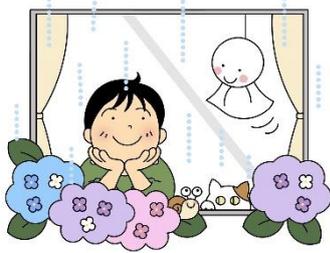
- 終わっても、毎日ていねいな歯みがき
を続けてくださいね。
- そして、検診結果から治療が必要な人
は、しっかりと治しておきましょうね。



きほんは
「かるく+こきざみに」

は なまえ やくわり
歯の名前と役割





こんな人は、いませんか？

気をつけて！あぶないカサの使い方

ふりまわす



人のちかくでひらく



じてん車にのる



よこおきにもつ



梅雨時も健康に過ごすために

熱中症
に注意



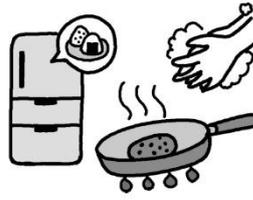
まだ体が暑さに慣れていないことから、熱中症のリスクが高まります。こまめな水分補給が大切です。

紫外線
に注意



雨や曇りの日も紫外線はゼロではないので、日焼け止めを塗るなどの対策を行うようにしましょう。

食中毒
に注意



原因菌が繁殖しやすい時期なので、菌を「つけない」「増やさない」「やっつける」を心がけましょう。

寒暖差
に注意



蒸し暑い日もあれば、肌寒く感じられる日もあります。体調を崩さないよう衣服で上手に調節してください。

保護者の皆様へ

★健康診断が終了しました

受診が必要なお子様には、お知らせプリントを配付しました。心電図検査は、まだ結果が分かかっていません。お知らせがなかったお子様は、受診の必要はないということになりますが、気になることがありましたら保健室まで御連絡ください。お知らせプリントより早く受診が済まれた場合は、担任への連絡帳等で結構ですので、御連絡ください。また、検診の日に欠席されたお子様は、必ず6月28日までに受診をお願いします。結果がそろい次第、健康診断結果は全員にお知らせします。



★ハンカチ・ティッシュのご確認をお願いします

感染症もですが、食中毒も心配な季節になります。手洗いの大切さを今後も指導していきたいと思っています。清潔なハンカチとティッシュの携帯習慣を学童期にしっかりと身につけることは大切です。今年度は、学年の発達段階に応じて、フッ化物洗口の時間にも My ティッシュを活用させていただきたく思います。どうぞご協力をよろしくお願いいたします。