

ほけんだより 6月

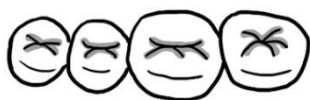
令和5年6月1日
志木市立宗岡小学校
校長 小木曾 久美子
養護教諭 松本 美菜

6月に入り、雨の季節をむかえます。6月は天気が悪くて外遊びができないことが多いので、つい教室や廊下で走り回ってしまい、思わぬけがをする人が増える時期でもあります。こんなときこそ、部屋の中で楽しく過ごす方法を見つける良い機会です。また、天気によって気温の差が大きい時期なので、体温の調節ができる服装にして元気に過ごせるように心がけましょう。

たたんだカサ、たて？よこ？



おぼえよう！ みがき残しが多い5つのポイント



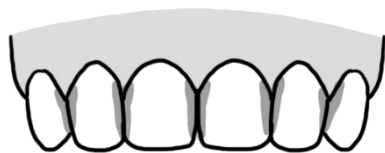
おく歯のみぞ
(まん中のへこみ)



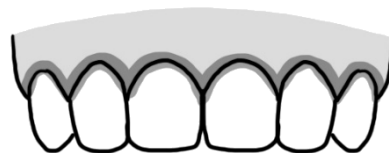
背が低くなっているところ



歯のうらがわ



歯と歯の間



歯と歯ぐきのさかいめ

☞ 上の5つは全て、「歯ブラシがとどきにくいところ」です。

とどきにくいところにもしっかりと歯ブラシを当てるためには、

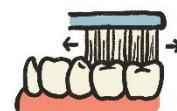
- ・鉛筆のように、歯ブラシを軽く持つ
- ・力を入れず、こまかく動かす
- ・歯ブラシの、つま先やかかとを使う
- ・鏡を見て、1本1本でいねいにみがく
- ・歯ブラシの毛先が広がっていたら交換する

☞ この5つがとても大切です。

正しい歯みがきの仕方を身に付けて、歯の健康を守りましょう！



まえばのうらがわ



おくばのかみあわせ



そとがわ



さかいめ



うちがわ



は くち けんこう ひょうご ぼしゅう
 歯と口の健康について、標語（5・7・5）を募集しています！

歯と口がもっと健康になるような、ユニークで誰にでも分かりやすい標語（5・7・5のスローガン）を書いてくれる人を募集しています！書いてもらった標語は保健室の前に掲示・素敵な作品はコンクールに応募します。参考に、コンクールで表彰された作品や、保健委員会の5・6年生が以前に書いた作品を紹介합니다！

2022年に表彰された作品

- ・手に入れよう 長生きチケット 歯みがきで
- ・おいしいな たべれるよろこび じょうぶな歯
- ・まったくだよ だいじにするね おとなのは
- ・歯と共に 人生100年 歩んでく
- ・こつこつと 毎日みがく 歯と心
- ・健康な ミライへつながる 大事な歯
- ・歯科検診 行ってあんしん 歯に関心
- ・歯みがきは スマホじゃなくて 鏡見て
- ・歯ブラシで たてたて よこよこ きれいな歯
- ・くちの中 ハブラシきれいに パトロール

5・6年生が書いた作品

- ・めざそうよ 毎日歯みがき キレイな歯
- ・ピカピカな 歯にしたいなら 歯みがきだ
- ・将来は その一みがきで 変わるんだ
- ・自分の歯 笑顔を作る 宝物
- ・はみがきで かがやかせよう 毎日を
- ・みがこうよ 大切な歯を 守ろうよ

提出締切日
6/16(金)

「書いてみたい!」「興味があるけど恥ずかしい」という人は松本先生に教えてください♪

6月以降の健康診断予定

健康診断項目	学年	月/日 (曜日)	目的	注意事項
修学旅行・ 宿泊学習前 内科検診	4月の欠席者 5・6年生	6/14 (水)	心臓・背骨・胸・皮膚・姿勢・ その他の病気や異常の有無を調 べます。	体育着を持ってきましょう。 前日はきちんと入浴をしておき ましょう。※4月の欠席者で、この 日も欠席した場合、各家庭で受診して 頂きますのでご了承ください。
歯科検診	3・4年	6/8 (木)	歯と口の様子を見て、むし歯な どがないか調べます。	朝ご飯のあと、必ず歯をみがい てきましょう。
	たんぼぼ 1・2年	6/15 (木)		
モアレ検診	5年・対象者	7/3 (月)	脊柱の異常の有無を調べます。	体育着を持ってきましょう。

保護者の方へ

今年度の健康診断も大半が終了しました。治療を要する児童には、治療勧告書を配付しています。すでに治癒証明も続々とご提出頂いています。まだ受診していない場合は、早めに受診していただくようお願いします。



保護者の皆様、毎日元気な状態で子供達を送り出してくださったおかげで、大きなけがや重度の熱中症などの事故が起きることなく、運動会ができました。ありがとうございました。しかし、暑さに慣れていないため、熱中症になったり寒暖差で体調を崩したりする児童が増える時期でもありますので、今後とも毎日の健康観察をお願いいたします。お子様の健康のことで気になること・伝えておきたいことなどがございましたら、担任または養護教諭までお知らせください。お子様の健康のために精一杯お手伝いをさせていただきます！