



すくすく



令和5年6月5日
朝日西小学校
保健室

6月になり、じめじめとした梅雨の季節がやってきました。雨の日が多くなり、教室や廊下でのけがが多くなります。安全には十分気をつけて生活しましょう。また、この時期は、天気によって暖かかったり肌寒かったり、気温が上下します。長袖の上着の用意や汗をしっかりと拭くなど工夫をして、しっかりと体調を整えましょう。

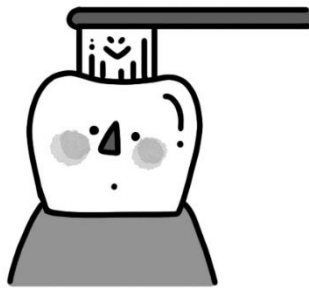
6月の保健目標

健康な歯をつくります



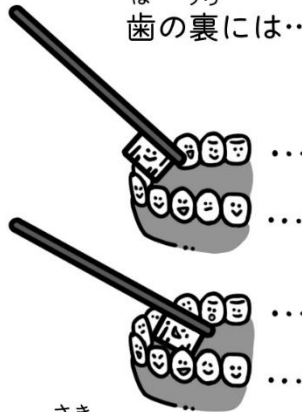
歯ブラシのさまざまな部分でみがこう

かみ合わせの部分には…



けさき ぜんたい
毛先の全体をあてる！

歯の裏には…



「つま先」や「かかと」をあてる！

歯と歯肉のさかい目には…



毛先をななめにあてる！

歯肉は「見て」「さわって」チェック！

	健康な歯	歯肉炎になった歯
見た目		
色	きれいなピンク色	しずんだ赤い色
かたち形	歯と歯の間に きっちり入っている	はれて丸みがある
しゅっけつ出血	ない	歯みがきなどで 血が出る
さわった感じ	引きしまっている	ぶよぶよしている

なりはじめの歯肉炎は、ていねいな歯みがきを続けられれば自分で改善できます。口の中のようなすをふだんからチェックしてみましょう！

6月4日～10日
歯と口の健康週間



6月からプールが始まります

～安全に水泳学習ができるようにしましょう～



① 病気やケガがあるときはお医者さんに相談する

→心配なことがあったらうちのの人に相談し、お医者さんにみてもらいましょう。

② 手と足の爪を切っておく

→爪が長いと、泳いでいるときに自分や友だちを傷つけてしまいます。



③ 朝は健康観察をする

→頭が痛い、お腹が痛いなど具合が悪いところがないか自分で確認しましょう。



④ 早寝・早起き・朝ごはん

→寝不足やお腹が空いていると、具合が悪くなってしまうことがあります。



保護者のみなさまへ



6月6日(火)はプール開きです。毎朝、お子様の健康観察をしていただいているところですが、より注意深くお願いできたらと思います。体調、顔色、食欲、体温、本人の訴えなどを確認し、心配のある場合はプールを見学させてください。安全に水泳学習ができるよう、ご協力よろしくお願い致します。

健康診断結果について

4月より健康診断の実施にご理解ご協力いただきましてありがとうございます。完了しました項目につきましては、随時結果を全員に通知しています。疾病等が見つかりましたら、できるだけ、早い受診をお願いいたします。

新型コロナウイルス感染症の対応終了について

長期にわたる検温など新型コロナウイルス感染症への対応にご理解ご協力ありがとうございました。学校でも換気や手洗い、うがいなどの基本的な感染症対策は継続していきます。

ご家庭でも引き続きハンカチ、ティッシュ、配膳時のマスクの準備をよろしく願いいたします。