



もうすぐ梅雨に入ります。梅雨時はじめじめむし暑い日があるかと思うと、ひんやりと肌寒い日もあります。また、梅雨に晴れ間には、真夏のような日差しが照りつけて、気温が急上昇することも……。天気や気温の変化に対応しきれず、体調をくずす人も増えてきます。睡眠と食事をしっかりとって、元気に梅雨をのりきりましょう。



滝野小学校 保健室
H29. 6. 6

歯を大切にしよう!!



歯のはえ方は、人それぞれ。自分の歯を一番きれいにするみがき方をみつけよう!

じょうずな歯みがきのポイント

1. 歯ブラシの選び方 自分の口にあった歯ブラシを選ぶ (小さめがよい)
2. 歯ブラシの持ち方 えんぴつを持つように軽く
歯の外側をみがく 歯の内側をみがく
時は「い」の口 時は「あ」の口
3. 毛先のあて方 歯の面にきちんとあてる
4. 歯ブラシの動かし方 よこやたてに細かく動かす
5. 力の入れ方 歯ブラシがひろがらないくらいの軽い力で



もうすぐプール学習が始まります

泳ぐ前に...

- 前日はしっかり眠る
- 朝、健康観察をする
- 手、足のつめを切る
- 先生の話をよく聞く
- プールサイドは走らない
- 具合が悪くになったら先生に言う

泳いでいる時は...

- 準備体操はしっかりと
- いたずら禁止

滝野小 よい歯の代表が決定!

今年のよい歯の学校代表に、6年生2名が選ばれました。作品の部で入賞した6年生2名とともに、6月8日に行われる歯と口の健康週間審査会表彰式に参加します。おめでとうございます!!

- 健歯の部：6の1 宮津 啓護さん, 常前 咲希さん
- 標語の部・1位：6の1 横関 桃さん
- 書写の部・2位：6の1 佐藤 大河さん

よい歯の代表のふたりに、「よい歯になる秘訣」を聞いてみるといいかもしれませんね。

◆5月の感染症

- ・インフルエンザ 1人
- ・水ぼうそう 3人
- ・溶連菌感染症 3人
- ・マイコプラズマ感染症 1人

◆5月の保健室利用状況

- | | | |
|------|--------|-----|
| けが | で利用した人 | 64人 |
| びょうき | で利用した人 | 24人 |
| 合計 | | 88人 |

けがに気をつけよう!!

5月はけがで保健室に来室した人が、全校で64人と大変多くいました。(昨年度は39人) 特に体育の時間や休み時間に友だちとぶつかって、「打撲」をする人が多かったです。ろうかなど、校舎内で走っている人はいませんか? 校舎内で走ってはいけない理由は、自分もけがをしてしまうけど、友だちにけがをさせるかもしれないから。特に雨の日はツルツルすべって転びやすく、すぐにとまれません。これから梅雨に入ります。けがなく安全に室内で過ごしましょう!!