

ほけんだより ^{がっごう}6月号

令和4年5月31日(火) 鳥飼東小ほけんしつ ☆^{いっしょ}おうちのかたと一緒によんでね☆

プールがはじまります



もうすぐプールがはじまります。

^{みずぎ}水着やぼうしだけでなく、「からだのじゅんぴ」もしっかり
しましよ！

^{まえ}前の日にすること

^て手と^{あし}足のつめをきっておく 

^{みみ}耳そうじをしておく 

^{はや}早め^にねる

^ひプールの日にすること

^{あさ}朝ごはんを^{しっかり}食べる 

トイレをすましておく

^{たいちよう}体調を^{チェック}する

保護者の方へ

<プールで注意が必要な感染症>

咽頭結膜熱(プール熱) ※出席停止となる感染症

三大症状…①咽頭炎(のどの痛み)②結膜炎(目の充血)③39℃前後の発熱

→このような症状が出ている場合、プールに入ることはできません。早めの受診をお願いします。

熱はない？
^{あたま}頭やおなかは^{いた}痛くない？
^{たいちよう}体調のわるい日は^{むり}むりせずに
プールを^{やす}休みましよう

がっ 5月のほけんしつニュース

NEWS ^{けんこうしんだん}健康診断で、^{ねんせい}1年生がいちばんうわぐつをきれいにそろえていました！

NEWS あつい日、^{たいいく}体育のあとに^{あたま}頭が^{いた}痛くなる人が多かったです。

^{すいぶん}水分ほきゆうをこまめに^{ねっちゆうしよう}して、熱中症にきをつけましよう！

がつ ほけんぎょうじ
6月の保健行事

15日(水)	ブラッシング指導(1年生)
21日(火)	歯科検診(全学年)
未定	性に関する指導(5年生)

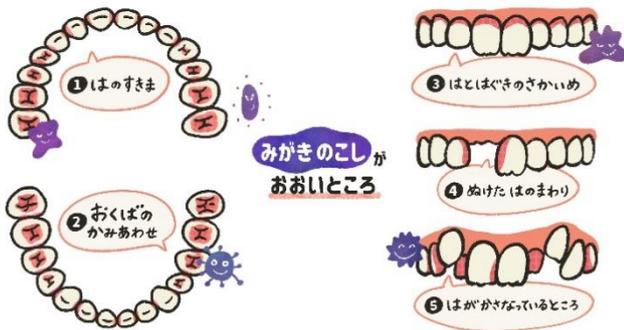
しかけんしん はみが う
歯科検診は歯磨きをしてから受けます

1・3・4年…朝ごはんを食べたあと
2・5・6年…給食を食べたあと
(2・5・6年生はハブラシをもってきてね！)



は けんこう
歯の健康をまもろう

きちんと歯みがきできているかな？



がつ か は くち けんこうしゅうかん
6月4～10日は、「歯と口の健康週間」です。

じぶん は は いっしょう いちど
自分の歯(おとなの歯)は、一生に一度しか
はえてきません！

おじいちゃんおばあちゃんになっても、自分の歯で
ごはんをおいしく食べるためには、毎日の歯みがき
で歯の健康を守ることが大切です。

21日は歯科検診がありますから、今からていねい
な歯みがきをつづけて、ピカピカのベストな歯にして
おいてくださいね。

〇×クイズ

だいもん じかん た ば
第1問：時間をかけてゆっくりおやつを食べると、むし歯になりにくい



「だらだら食い」をすると、その間ずっと歯がとけて、むし歯になりやすくなるよ！15分くらいで食べきるようにしましょう。

だいもん ば は もんだい
第2問：むし歯は、歯だけの問題じゃない



むし歯がひどくなると、むし歯きんが全身に回って、心臓、腎臓や目の病気になってしまうことがあるよ。毎日の歯みがきはもちろん、むし歯ができてしまったら歯医者さんでちりょうしてもらおうね。

保護者の方へ

- ・プール入水について何か気になることがありましたら、担任または養護教諭までお知らせください。
- ・熱中症が増える時期です。十分な量の水分とタオルを毎日持たせてあげてください。
- ・就学援助を受けられているご家庭には、医療券が発行されます。

むし歯・中耳炎・慢性副鼻腔炎などで受診される場合はお知らせください。

- ・検診を欠席されたお子様で何か気になる症状等がございましたら、ご家庭で受診してくださいますようお願いいたします。