

ほけんだより6月



令和5年6月
知立市立知立南小学校



5月の終わりは、寒暖差の激しい日が続きました。体調を崩して保健室に来たり、早退したりする人が多かったように思います。これから梅雨に入り、さらに不安定な気候になります。規則正しい生活をして、毎日元気に過ごせるようにしましょう。

6月の保健行事



月	火	水	木	金
			1 内科検診2年 (午前)	2
5	6 歯科検診6年 にじ・ひかり (午後)	7 尿二次検査(該当者のみ) フッ化物洗口開始	8	9
12	13 耳鼻科検診1,4年 (午後)	14	15 内科検診6年 (午前)	16
19	20 歯科検診4年 (午後)	21	22 歯科検診1,3,5年 (午前)	23
26	27 歯科検診2年 (午後)	28	29 内科検診4年 (午前)	30

※歯科検診がある日は、
必ず歯みがきを
しましょう!

※内科検診がある日は、
体操服を忘れずに!

※耳鼻科検診の前日は、
おうちで耳そじを
してもらいましょう!



歯みがき ジョーズの歯ブラシは?

- ① 毛先が広がっている
- ② 後ろから毛先が見えない



歯みがき ジョーズの握り方は?

- ① グー持ち
- ② えんぴつ持ち



歯みがき ジョーズのヒミツ

教えます

歯みがき ジョーズの力の入れ方は?

- ① 毛先が広がらない程度の軽い力で
- ② 強い力でゴシゴシ



歯みがき ジョーズの鏡の使い方は?

- ① 歯みがきをしながら鏡を見る
- ② みがき終わるまで鏡を見ない



※答えは
うらめん
裏面!

すいえいがくしゅう はじ
～水泳学習が始まります～



みなさんが楽しみにしている水泳学習がもうすぐ始まります。

あんぜん たの がくしゅう ために まも かってほしいことがあります!!



じゅんぶうんどう

しっかりしましょう!



とびこみはしません!



プールサイドは

走りません!



タオルの貸し借りは

しません!

すいえいがくしゅう はじ まえ
～水泳学習が始まる前にアタマジラミをチェック!～

アタマジラミとは?

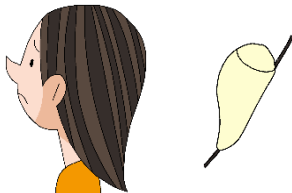
アタマジラミは、頭皮の血を吸い、栄養にします。血を吸われても最初はかゆみが出ませんが、しばらくすると、強いかゆみが出ます。

かみの毛がほかの人と直接ふれあったり、くしなどの頭にふれるものを共有したりすることで、感染します。

アタマジラミはどのようにしてうつるの?

アタマジラミは、かみの毛がほかの人と直接ふれあったり、くしやぼうしなどをほかの人と共用したりすることでうつります。

アタマジラミがあると「不潔」というイメージを持つ人がいますが、不潔であることが原因で寄生するものではありません。



保護者の方へ

アタマジラミは1年中見られます。自分の頭はなかなかチェックできないので、水泳学習が始まる前に一度家庭でチェックしていただけたらと思います。

さいきん ほけんしつ
～最近の保健室でのよくあるやりとり～

児童: 先生～足を階段にぶつけました!

先生: 保冷材で冷やそうか～ハンカチ持ってる?

児童: あ! 持ってない…。

ハンカチを持っていない人がとても多いです!

手を洗った後はどうしているのかな…?

毎日必ず持ってきましょう!



★歯みがきジョーズのヒミツ★答え

歯ブラシは ②

毛先が広がった歯ブラシでは、汚れが十分落とせません。1カ月に1回を目安に交換しましょう。

握り方は ②

余計な力が入りにくい「えんぴつ持ち」がオススメ。歯ブラシを軽く握って細かく動かしましょう。

力の入れ方は ①

力を入れすぎると、歯や歯ぐきを傷つけてしまうかもしれません。軽い力でみがきましょう。

鏡の使い方は ①

ブラシがきちんと歯にあたっているか、奥まで届いているかなど、鏡で確認しながらみがきましょう。

みがいたあとのチェックも鏡を使うと

