



ほけんだより6月



半田市立岩滑小学校
令和7年度6月号

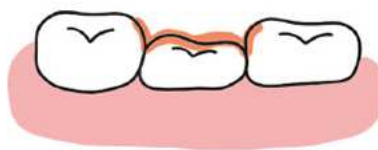
は たいせつ 6月の保健目標 歯を大切にしよう

6月4日～10日は『^がつ ^にち ^にち ^は ^くち ^けん ^こう ^しゅう ^{かん} 歯と口の健康習慣』です。^は ^くち ^から ^だ ^いり ^ぐち 歯と口は体の入口です。いつもきれいに健康にしておかないと、しっかり噛んでもものを食べることができず、^から ^だ ^つく ^うご 体を作ったり動かしたりするもとになる栄養がとれなくなってしまうです。^しよく ^ご 食後には^は ^くち 歯みがきをていねいにし、いつまでも健康な^けん ^こう 歯と口でいられるとよいですね。

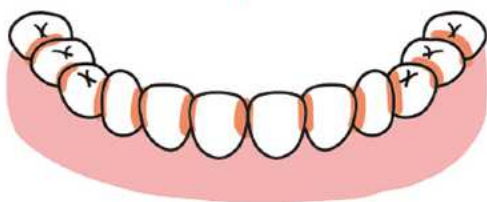


みがきのこしが
起きやすい場所

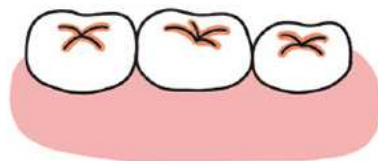
歯の高さが違うところ



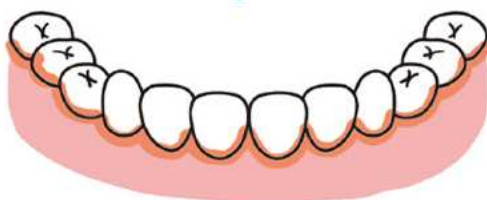
歯と歯の間



奥歯のみぞ



歯と歯肉のさかい目



歯のうら側



トイレをきれいに使おう

みんなで使うトイレ、気持ちよく使えていますか？トイレ
トーパーの切れ端が落ちたままになっていたりして、
掃除の子が困っていることがありました。みんなできれい
に使えるとよいですね。

- おしっこやウンチは、便器からはみ出さないようにする
- したあとは、必ず水を流す
- トイレトーパーは大切に使う
- スリッパを使っているところは、スリッパをそろえる
- トイレの中ではふざけない
- トイレのあとの手洗いも忘れずに！

熱中症に気をつけよう

湿度が高い梅雨時は、汗が蒸発しにくく、体に熱がこもりやすいです。また、気温が急に上がる
梅雨明けも、体が暑さに慣れておらず、体温調節がうまくいかないことがあります。

① こまめに水分をとろう！

気温が高い日が続いており、今までよりも汗をたくさんかいていると思います。水分をこまめにとろう
と意識することが大切です。のどがかわく前に水分をとるようにしましょう！また、下校の時まで水分が
足りるよう、十分な量を持てきましょう。

② 生活リズムを整えて体調管理をしよう

遅い時間に寝る、朝ご飯を食べていないなどの生活をしていると、体調を崩しやすくなってしまいま
す。元気よく過ごせるよう、生活リズムを整えましょう。

③ 帽子をかぶろう

時々帽子を忘れている子を見かけます。外に出るときは必ず帽子をかぶりましょう。



6月の保健関係の予定

11日(水)	フツ化物洗口開始(1年生)※毎週水曜日に継続実施
13日(金)	眼科健診(全学年)
20日(金)	学校保健委員会「熱中症を予防しよう」(4・5・6年生)
5年生	全国小学生歯みがき大会参加(1組25日、2組11日、3組18日)

ご家庭でも頭ジラミの確認をお願いします

子どもたちは集団で生活をしているため、うつりやすく、注意が必要です。

<かみの毛に卵がついている>

卵は耳の後ろや後頭部によくついています。ふけと似ていますが、ふけとは違い、手で触れても簡単
に取ることができません。成虫は動きが速く、なかなか見つけることができません。

<頭にかゆみがある>

アタマジラミに吸血されると頭がかゆくなります。初期の段階や成虫が少ない場合ではかゆみを感じ
にくいこともあります。