

ほけんだよりがっ

平成 28 年 5 月 30 日
太田東小学校 保健室 No.3
☆うちのひとと読みましょう☆

梅雨の季節がやってきました。この時期は、天気によって蒸し暑かったり、肌寒かったりするため、衣服の調節に気をつけましょう。汗ふきタオルも持ってこれるといいですね。また、5年生は林間学校があります。万全な体調で参加できるよう、今から意識して生活しましょう。

6月のほけんもくひょう 『むしばの予防につとめよう』



むしばはそのままにしておいても治りません。治療勧告されている人は早めに受診するようにしましょう。また、定期健診もできるといいですね。



6月4日～10日は、歯と口の健康週間です！

今年、太田東小学校で、よい歯の児童に選ばれた児童は、
6年1組 ○○ ○○ さん(男子)です。
太田市歯科医師会より表彰されます。おめでとうございます。



歯みがき名人になろう!! 《みがき方のポイント》



- ① みがき残しの多いところ(歯と歯の間、歯と歯肉のさかいめ、奥歯のみぞ など)に気をつけよう
- ② 鏡を見ながらみがこう
- ③ 小きざみにみがこう
- ④ ききうで側のみがき残しに気をつけよう
- ⑤ 力を入れすぎないでやさしくみがこう



こんなはたらきが... だ え き っ て す ご い!



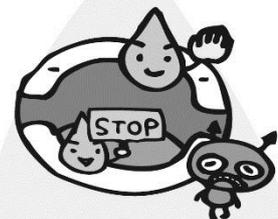
くち なか あら なが
口の中を洗い流す



た しょうか たす
食べものの消化を助ける



こえ
声をだしやすくする



くち なか きん
口の中をばい菌からまもる

よくかむと、だえきがたくさんでるよ!



えいせいけんさ

衛生検査がスタートしました！

5月24日から毎週火曜日に保健委員さんが衛生検査を行っています。

調べることは、



- ・ つめがのびていないか
- ・ はんかち、ティッシュをもってきているか
- ・ 歯みがきをしてきたか
- ・ 顔を洗ってきたか

です。

また、今年度は、月に1度、歯ブラシの毛先のチェックも加えたいと思います。

そして、パーフェクトのクラスには、毎回賞状を渡しています。各児童には、1ヶ月ごとに保健委員が集計し作成した衛生検査の結果が書かれている紙を渡す予定です。家に持ち帰りましたら、チェックをしていただき、感想等をお話しして頂くとありがたいです。ご協力をお願いします。

すいえいがくしゅう

水泳学習がはじまります～ 朝の健康観察をお願いします～

★元気にけがなく水泳学習ができるよう、次のことをチェックしましょう★

- ★ 睡眠を十分にとれましたか。
- ★ 体調が悪いところはないですか。
- ★ 朝食をしっかりと食べましたか。
- ★ 病気やけがは治してありますか。
- ★ つめは短く切っていますか。



※眼科検診や耳鼻科検診で受診のお勧めをもらった児童は、水泳学習が始まりますので

早めの受診をお願いします。

※耳鼻科検診で「鼻炎」と診断された児童でまだ症状がある場合は受診をお願いします

◎ アタマジラミにも注意 ◎

アタマジラミとは、人の頭髪にだけ寄生するシラミのことです。アタマジラミの成虫は2～4mm程度、卵は1mm程度の大きさです。アタマジラミの卵は、耳の後ろやえりあしに付着していることが多いと言われています。また、アタマジラミは清潔にしている場合でも接触の機会があればうつります。

症状：(頭髪の血液を吸われることで)強いかゆみがあります。

予防：タオル、帽子の貸し借りをしない。

これを機会に頭髪のチェックをお願いします。また、髪が長い児童や、かゆみを訴える場合などは入念にお願いします。

エコキャップ運動についてのお願い

本校では、7年前からエコキャップ運動を行っています。800個のペットボトルのフタを集めることで、世界の子どもたちにポリオワクチンを1本送ることができます。保健委員が毎週火曜日に各クラスに行き、ペットボトルのフタを回収しています。ご協力をお願いします。

も ちゅうい 〈持ってくる時の注意〉

- ・ シールや値札は必ずはがしてください。
- ・ 飲んだ後は、必ず軽く洗ってください。
- ・ ペットボトルのふた以外は回収できません。(調味料等のふたは×)



