

ほけんだより がつ 6月

令和元年5月31日(金)
秦小学校保健室
第3号

おうちの人と一緒に読もう!

ジメジメとした梅雨の季節は、気分も晴れず、ふさが込んでしまうことがあります。晴れた日には積極的に外で遊びましょう。また、今月は待ちに待ったプール開きです。体調を崩さないように、生活リズムを整えましょう。

きちんと
みがけてる？

6月4日(火)～6月10日(月)の「**歯と口の健康週間**」に伴い、秦小学校では、6月を歯と口の健康教育強化月間とし、歯科に関するさまざまな取り組みを行います。

ご家庭においても、お子さんと一緒にいつもより意識して歯をみがいてみてください。

6月4日～10日 歯と口の健康週間

- 歯・口の健康に関する図画・ポスターコンクールへの応募：1～4年生
- 歯・口の健康啓発標語コンクールへの応募：5・6年生
- 歯科衛生士によるブラッシング指導・・・6月7日(金)に実施します。
- 歯みがきカレンダーの実施・・・6月1日(土)～6月30日(日)
→ **7月1日(月)に提出**
- 歯みがきテストの実施・・・6月13日(木)～6月20日(木)の間に実施
→ **6月21日(金)までに提出**
- ピカピカ歯ッピー賞(むし歯・治療した歯ゼロの児童)の表彰
・・・45名に賞状を配ります。
- むし歯等の治療が終了した児童にカードを配布
- 児童保健委員会の発表・・・6月11日(火)



○6月の保健行事○

- 6月14日(金) 小児生活習慣病予防健診(4年生希望者)
- 6月27日(木) 第1回学校保健委員会

※PTA本部役員・学年委員の皆様お世話になります。

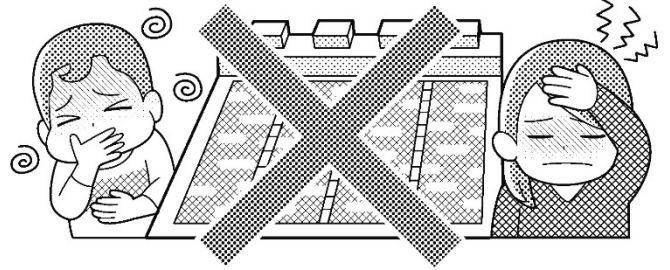


プー^いしがはじま^ひいます! じゃ^{けん}ん^{ごう}び^{かん}☆^{さつ}K?

プールに入る日は健康観察をしっかりと

健康状態によっては事故につながってしまうこともあるので、プールに入る日は、健康観察をいつも以上にしっかりと行ってください。

- 熱はないか • 朝ご飯を食べたか
- きちんと睡眠をとったか
- 排便をしたか • 下痢や腹痛の症状はないか
- 頭痛はないか • せき・鼻水は出ていないか
- 吐き気はないか • めまいやふらつきはないか
- 心臓がドキドキしたり胸の痛みがあったりしないか



プールでうつりやすい病気

- ◆ プール熱：39℃前後の熱、喉が痛くなる、目が赤くなるなどの症状があります。
- ◆ はやり目：目やにが出る、目が赤くなるなどの症状があります。
- ◆ 水いぼ：1～3mmくらいの白いイボができます。
- ◆ アタマジラミ：髪の毛について、頭の皮膚から血を吸う虫です。長い円のような形をしています。

予防 ①プール前後のシャワー、②手洗い・うがい、③タオルの貸し借りをしない、などが大切です。

熱中症に気をつけよう!

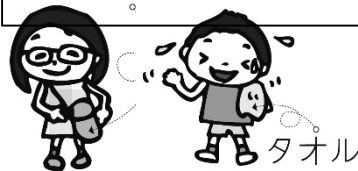
まだまだ体が暑さに不慣れです

梅雨時も熱中症に注意して!



水筒・汗拭きタオルを

水とう 持たせてください!



- 5月の感染症発生はありませんでした。
- 歯みがきカレンダーを配布しました。「おうちのひとから」のところにコメントをお願いします。
- 歯みがきテストについては、後日、お手紙とカラーテスト用綿棒を配布いたします。

保健室から