

ほけんだより 6月

二万小学校 保健室
R5.6.2 No.5

6月の保健目標・・・歯・口を大切にしよう

いい歯でいい笑顔

6月5日(月)～9日(金)は、二万小学校の
歯と口の健康週間



この期間に合わせて、次の取組を行います。

☆はみがきカレンダー ※提出日:6月12日(月)

6月5日(月)～9日(金)の5日間、はみがきカレンダーでチェックしましょう。(朝・夜の歯みがきができたか。きちんと歯をみがけているかどうかのチェックをおうちの人にしてもらったか。「よい歯の目標」が守れたか。)

★おうちの方へ★

歯みがきの際、きちんとみがけているか、みがき残しがないかどうかのチェックをしてあげてください。可能なら、仕上げみがきもお願いします。小学生の間は、高学年でも仕上げみがきをした方がいいと、ある歯医者さんに教えていただいたことがあります。

☆絵本の読み聞かせ「ハーピカせんにな」

※6月5日(月)～6日(火) 昼休み

「おまんじゅうが大好きなましろちゃん。むし歯大魔王が作ったムシバナールまんじゅうを食べてしまって大ピンチ！このままでは全部むし歯になってしまいます。そこへ、ハーピカせんになが登場。はたして、ましろちゃんのピンチを救ってくれるのでしょうか・・・」

健康委員が絵本の読み聞かせを行います。ぜひ聞きに来てくださいね！

※場所・・・生活科室

※日時・・・1・2・3年生→6月5日(月)の昼休み
4・5・6年生→6月6日(火)の昼休み

☆赤白クイズウォークラリー ※6月7日(水) 業間休み

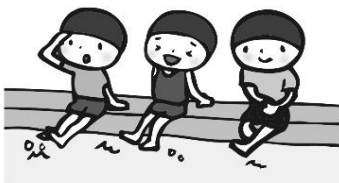
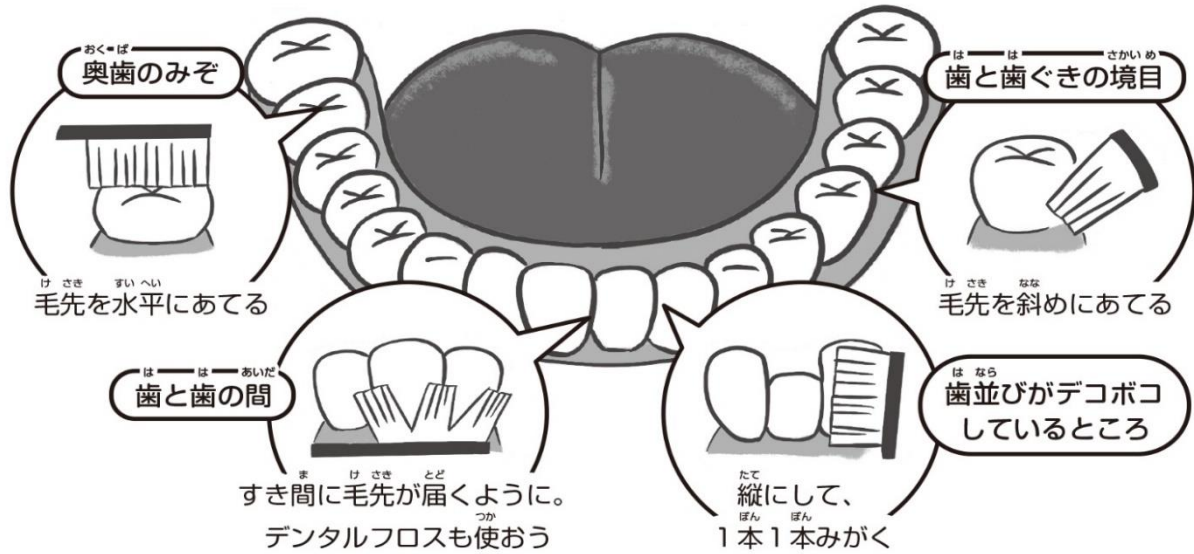
赤白班別に分かれて、歯科に関するクイズに回答しながら、体育館の中をまわります。何問正解できるかな？同じ班の人と力を合わせて、高得点を目指そう！！



歯みがきで健康な歯を



⚠️ みがき残しやすい場所 とみがき方 ✨



もうすぐ水泳学習が始まります！！

すいえいがくしゅう げんき たの
水泳学習を、元気に楽しむために...



- 朝ごはんは食べましたか？
- 睡眠は十分とれましたか？
- 体調は悪くありませんか？
- けがをしているところはありますか？
- 熱中症対策はできていますか？

※プールサイドは暑いので、熱中症にならないよう注意が必要です。水筒を毎日忘れずに持って来ましょう。

きになるところは水泳学習の
まえにお医者さんに相談しよう。



ルールを守って、事故ゼロに！



- △ プールサイドを走らない。→すべって転ぶと、けがをしたり、頭を打ったりする危険があります。
- △ 飛び込まない。→プールの底や壁、人と衝突すると、大事故になります。
- △ ふざけない。→水中でふざけると、おぼれる原因になり、非常に危険です。
- △ 無理をしない。→体調が悪いときは、無理をせずに先生に言いましょう。