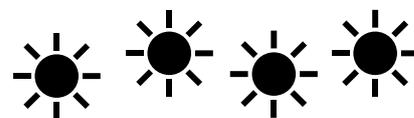




梅雨のじめじめとした蒸し暑い季節が近づいてきました。これからさらに暑い日が続いてきますので、基本的な生活習慣に加え、水分補給などの暑さ対策をお願いいたします。

運動会では、一所懸命走ったり仲間と協力してゴールを目指したりする姿など、入学進級した頃より成長した姿が見られました。これからの学校生活での頑張りや成長も楽しみにしています。

熱中症に気をつけよう！



熱中症は、気温が高い時だけではなく、湿度が高い時にも注意が必要です。これからの季節は湿度が高くなってきますので、早めの熱中症対策をしましょう。

すず ふく ところ
○涼しい服そうを心がけよう！

そと かつどう ぼうし
○外で活動するときは帽子をかぶろう！

すいぶん
○こまめに水分をとろう！

とも どうし すいぶん と こえ か あ
○友だち同士でも水分を取るよう声をかけ合おう！

はや はやお あさ たいちょう
○早ね早起き朝ごはんで体調をととのえよう！

たいちょう わる せんせい ひと ちか
○体調が悪くなったら先生やおうちの人など近くにいる人に教えよう！



保護者の方へ

登校前のお子様の健康状態の観察をお願いいたします。また、朝ごはんをしっかり食べてから登校できるよう声がけもお願いいたします。

水分補給をこまめに行えるよう、水筒を忘れず持って行くようご準備もお願いいたします。

6月の保健目標

は たいせつ
歯を大切にしよう!



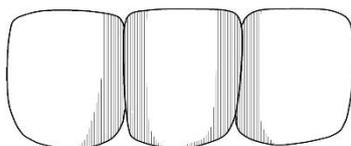
食べたらずみがかき! わすれずに!

しょうがくせい、にゅうし こどものは から えいきゅうし おとな は は は か 変わる ときなので、は の たかさがバラバラで むみがきが 難 しく、むし 歯 になりやすいです。食事の後や寝る前は、みがき残 しが ないか意識しながら、毎日 ていねいに むみがきを しましょう!これから 歯科健 診 があります。健診が 終わった後、お知らせを 渡すので、むし歯が あった人は、歯が 痛く なる前に、早めに 歯医者さんに行き、治療を してもらいましょう。

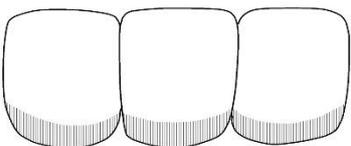
みがき残しやすい場所は注意してみがこう

歯と歯の間や歯ぐきとの境目、おく歯のかみ合わせなどはみがき残しやすい部分なので、鏡を見ながら毛先をきちんと当ててみがきましょう。

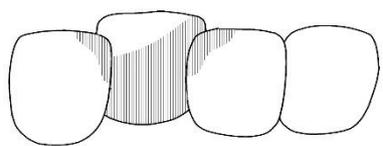
◎みがき残しやすい部分



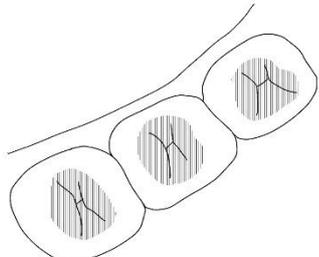
歯と歯の間



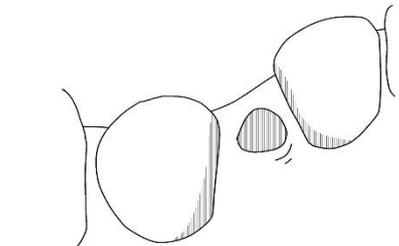
歯と歯ぐきの間



前後にずれている歯



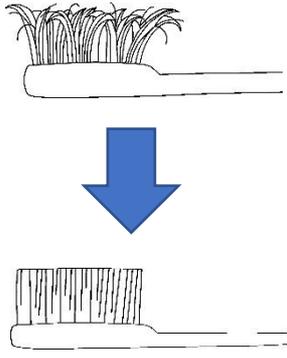
おく歯のかみ合わせの部分



新しく生えている歯とその周り

歯ブラシのチェックを!

歯ブラシを毎日使っていると、どんどん毛先が広がってしまいます。広がった歯ブラシで歯みがきすると、歯と歯のすき間などにきちんと毛先が当たらず、みがき残しが増えてしまいます。毛先が広がったら新しい歯ブラシに交かんしましょう。



歯科健診があります!

6月5日(水) 9:00~ 2・4・6年
6月12日(水) 9:00~ 1・3・5年
すみれたんぼほ学級

当日は学校に来る前に必ず歯みがきをしてきましょう。

