

ほけんだより 6月

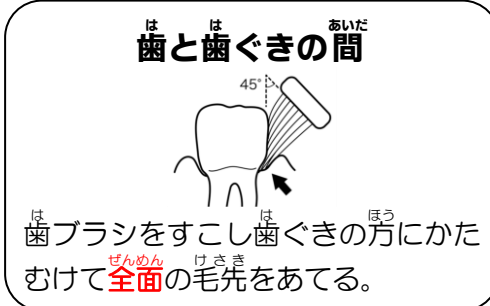
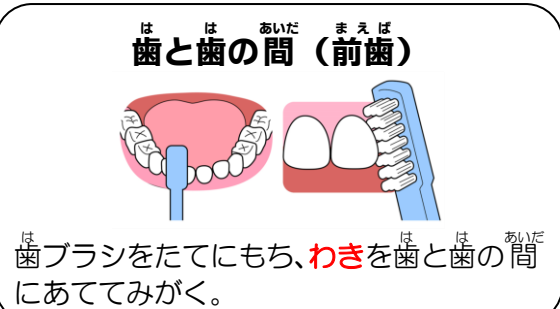
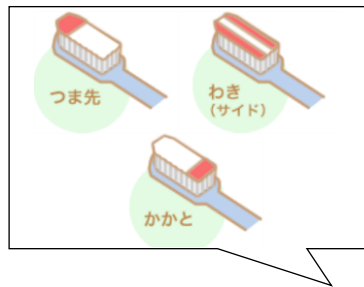
R4.6.3 石下小学校 保健室



梅雨にさくあじさいは、育つ土の性質によって色が変わるふしぎな植物です。酸性の土だと青色、アルカリ性だと赤色になるそうですよ。梅雨だからできることを見つけたり、晴れた日をいつもよりウンと楽しんだりして、心も体も元気に梅雨のりをりしましょう。

6月4～10日は 歯と口の健康週間です

みがきのこしの多いところを注意してみがこう



ウラ面 「むし歯がない人はどんな生活をしているの？」
むし歯になる危険度チェックもやってみてね。☑



歯と口の健康に関するクイズ
答え合わせは、
保健室前のほけんだよりで！

クイズ わたしは誰でしょう？

みんなの健康のために働いているよ！
ヒントは3つ！

- 1日に約1～1.5リットル出る
- 食べ物の消化を助ける
- 口の中をきれいにしておし歯になりにくくする

クイズ★
歯を借りたい人
ってだーれだ？

ヒント 借りたい人は何と言うかな？

梅雨はこんなところに注意！

ケガや事故 雨にぬれたろう下や階段は滑りやすいです。また、カサをさしているとまわりが見えにくいので注意。

気温の差 梅雨は、蒸し暑かったり、肌寒かったりと不安定な気候が続きます。汗をかいたら着替えて、寒いときは上着を羽織って上手に体温調節を。

食中毒 食中毒の原因となる細菌は、室温 (約20℃) で活発になり数が増えます。食べる前には必ず手洗いをし、食べ物を長時間室温で放置しないようにしましょう。

おうちの方へ

もうすぐ水泳学習が始まります。

- ☑ 目や耳、鼻の病気はありませんか？ (結膜炎、中耳炎など)
- ☑ うつる病気はありませんか？ (とびひ、アタマジラミなど)
- ☑ 化膿しているけがや、乾燥していないアトピーはありませんか？

△ プールに入れない場合がありますので、必ず主治医等に相談・確認してください。
また、登校前の健康観察も引き続きお願いいたします。