

ほけんやうり

おおさかしりつ きしのさとしょうがっこう へいせい ねん がついたち もく ほけんしつ
大阪市立岸里小学校 平成29年6月1日 (木) 保健室No.3

いよいよ梅雨に入ります。むし暑いなー、と思つていたら、急に雨がふって寒くなることもあります。暑くなったり、寒くなったりすると体調がくずれやすくなってしまいます。気温に合わせて、ぬいだり着たりできる服を選んで、しっかり自分の体調管理をしましょう。雨にぬれたときのために着替えやタオルを用意しておくといいかもしれませんね。

6月の保健行事

6月8日 (木) 歯科検診 (1・2・3年)
12日 (月) プール前検診 (対象者)
15日 (木) 歯科検診 (4・5・6年)
心臓検診2次 (対象者)

歯科検診の日の朝は
きちんと歯を磨いて
学校に来ましょう



◎26日 (月) ~30日 (金) は
「よい姿勢チャレンジ週間」です。
よいしせいがんばりカードを配るので、
5日間全部色がぬれるように頑張りましょ
う。



6月

6月の保健目標

むし歯予防と治りょうにつとめよう！



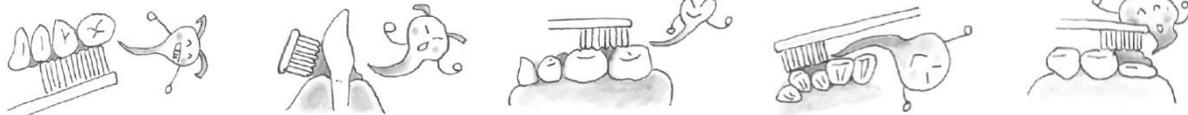
①

6月4日~10日は

「歯と口の健康週間」です！



みがき残しが多いのはどこかな??



歯と歯のあいだ

歯と歯ぐきのあいだ

奥歯のかみあわせ

でこぼこしたところ

せの低い歯

上手にみがくには・・・

☆1~2本ずつみがこう

☆毛先をきちんとあてて、小さくチョコチョコ動かそう

☆歯ブラシの先やかかとも使おう

☆毛先が広がらないくらいの力で動かそう

☆届きにくいところは、歯ブラシをたてにしてみよう



プール水泳がはじまります！

6月26日からプール水泳がはじまります。耳鼻科検診・眼科検診で「結果のお知らせ」というお手紙をもらった人は、必ず病院へ行き、治療をしましょう。

プール水泳にそなえてしっかり準備しておきましょう

◇手や足のつめは、短く切っておこう

◇前の日は、早めに寝るようにしよう

◇朝ごはんを食べてこよう

◇からだの調子を整えておこう