

ほけんだより 6月号

平成28(2016)年6月1日

大阪市立北津守小学校 保健室

6月は雨の季節というイメージですが、お天気によって気温の変化の大きい時期です、いつも以上に体調管理に気を配りましょう。
夜は何時に寝ていますか。学校で頑張る・やる気の元は「早寝・早起き・朝ごはん」の習慣をつけることが大切です。今月は、「げんきアップ週間」もあります。一度、自分自身の生活習慣を見直しましょう。

♪プールが始まります♪ プールに入る前の健 康・持 ち物 チエック



このような症状はありませんか?



ほけんぎょうじ 6月の保健行事

日	月	火	水	木	金	土
			1 歯と口の健康 教室(6年)	2 耳鼻咽喉科検診	3	4
5	6 体重測定 (5・6年)	7 体重測定 (3・4年)	8 体重測定 (1・2年)	9	10 尿検査2次	11
12	13	14	15	16	17	18
			げんきアップ週間			
19	20	21	22	23 心臓検査2次	24	25
26	27	28	29	30	7/1	7/2

☆6月は「むし歯ゼロ月間」です。歯みがきの習慣を身に付けるために、給食の後に歯みがきタイムがあります。

☆13日(月)から17日(金)は「げんきアップ週間」です。昨年度の「げんきっこ週間」からレベルアップし、「早寝・早起き・朝ごはん」+「はんかち・鼻かみ」をチェックします。

ご家庭でも、お子さんへの声掛けをよろしくお願ひします。



4月28日の歯科検診時に、歯科医の三代先生に聞きました!

Q. 子ども達の歯の様子はどうですか?

みしろせんせい みなさん、とてもきれいな歯をしていますね。

昔の北津守小学校の子ども達と比べたら、むし歯の人気が少なくなってきています。

これからも、むし歯にならないように歯みがきを頑張ってね!

〈むし歯にならないための3つの約束〉

「食べたらみがく」「よくかむ」「お菓子は決めた時間に食べる」