

ほけんだより



令和5年6月1日 石巻市立蛇田小学校 保健室発行
運動会が終わり、梅雨の季節になりました。コロナウイルス感染症が感染症法上5類になり、もうすぐ1か月が経ちますが、本校では、諸感染症の感染拡大はただ今のところ見られません。日頃より、お子さんの健康管理へのご協力ありがとうございます。



6月の保健目標

歯を大切にしよう



6月の健康診断

今年度の検診は、残すところあと2回となりました。引き続きご協力をお願いします。

検査項目	実施日	時間	対象学年	備考
内科検診	6/15 (木)	13:30 ～	6年生	・前日の夜はお風呂に入り、からだを清潔にしましょう。
耳鼻科検診	6/20 (火)	13:00 ～	2・4・6年生	・髪の毛が耳にかからないようにしましょう。

「検診結果のお知らせ」を配付しています

これまで行われた健康診断の結果、病気や異常の疑いがある人に、「検診結果のお知らせ」を配付しています。

お知らせをもらったからと言って、必ず異常があるというわけではありません。異常の可能性のある場合も配付していますので、早めの受診をお願いします。

受診が済みましたら、用紙下部の「受診報告書」を記入の上、提出をお願いします。

※ 歯科検診のみ、異常がなくても検診を受けたお子さん全員に配付しています。



水泳学習前の健康調査のお願い

水泳学習を安全に実施できるよう、事前にお子さんの健康状態について確認させていただきます。

6月5日(月)に健康調査についてのメールを配信しますので、メールに記載されたURLより回答をお願いいたします。回答の締め切りは6月12日(月)です。

— 児童のみなさんへ —

は 歯みがきの名人を目指そう！

6月4～10日は、「歯と口の健康週間」です。


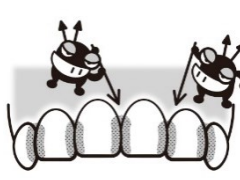
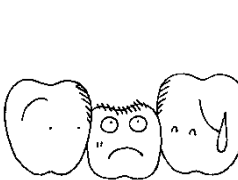
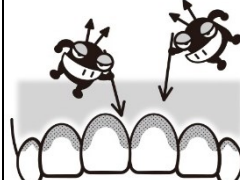
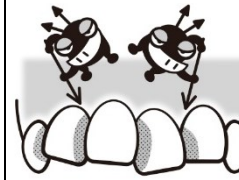
普段、何気なく行っている歯みがきについて、

振り返ってみましょう。

むし歯ゼロをめざそう！



「みがき残しが多いところ」はどこでしょうか？（ ）に当てはまる言葉は何かな？

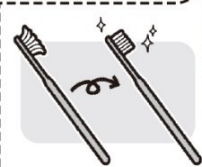
① おく歯の ()	② 歯と歯の ()	③ 他の歯より () ところ	④ 歯と歯ぐき の()	⑤ 歯ならびが ()し ているところ
				

こたえは一番下を見てね！

「歯みがきのコツ」を知ろう！



歯ブラシ選び



小さめの歯ブラシを
選ぼう

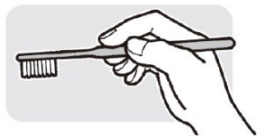
毛先が
ひろがって
いたら
替えましょ
う

歯みがき粉の
つけ方



歯ブラシの2分の1
くらいでオッケー

歯ブラシの
持ち方



えんぴつを持つように
軽く

毛先の当て方



歯の面に
まっすぐあてます

動かし方



力を入れずに
こちょこちょと細かく

歯ブラシが
広がらない
くらい
の力が
ベスト

みがく時には



1本1本ていねいに

10本
20回
が目安

みがき
終わったら



ツルツルになったか
舌で確かめよう

クイズのこたえ: ①みぞ ②あいだ ③ひくい ④さかいめ ⑤でこぼこ