

# ほけんだより 6月

石巻市立広瀨小学校 6月4日 NO. 4

## ジメジメ、ベタベタ・・・ 「はだ着」でスツキリ！

雨の多い梅雨時は、お天気によって真夏のような暑い日もあれば、急に気温が下がって肌寒く感じる日もあります。「はだ着」はつけていると汗を吸い取ってくれるだけでなく、服の中の温度や湿度を保つ働きがあります。1枚多く着るので、かえって暑くなってしまうようにも思えますが、実はさわやかに感じられます。そして、こまめに着替えることで清潔でいられます。



体調を崩しやすい時期ですので、衣服の調節や汗の始末にいつも以上に気を配ってくださるようお願いいたします。

## 6月の保健目標

### じょうぶな歯をつくろう

先日、歯科検診の結果をお渡ししました。むし歯があった人はできるだけ早めに治療を行い、現在むし歯がない人もむし歯をつくらないように気を付けたいですね。

今年度も、石巻市の歯科衛生士さんを講師にお招きし、「お口の健康教室」を行います。自分の口の中を観察し、むし歯のでき方やむし歯の進み方、むし歯のできやすいところなどを学習します。

歯みがき指導も行いますので、準備物等にご協力をお願いします。



### 各学年のテーマ

- 1年「歯の王様を知ろう」
- 2年「子どもの歯と大人の歯の違い」
- 3年「丈夫な歯をつくろう」
- 4年「いい歯で噛み噛み隊！」
- 5年「いい歯、いい歯ぐきでよく噛もう」
- 6年「お口とからだにいいコト始めよう」

### 準備物

- ・歯ブラシ
- ・コップ
- ・タオル
- ・洗濯ばさみ

各学年、みがき残しを確認するため、染め出しをします。洋服に染め出し液がつかないように、タオルを首にまきます。洗濯ばさみでタオルをとめます。

## おうちの方へお願いします。

### 1 水泳学習に向けた健康調査の提出について

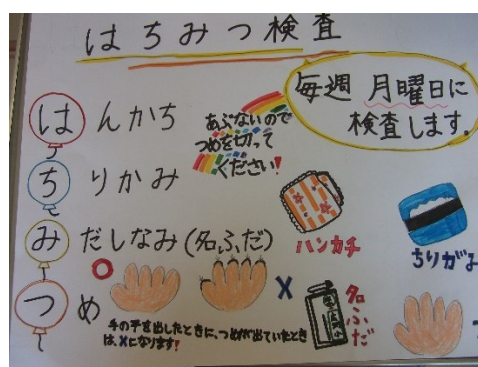
水泳学習に向けて、健康調査用紙をお渡しします。  
回収のしめ切りは6月7日(金)です。  
ご協力をよろしくお願いいたします。



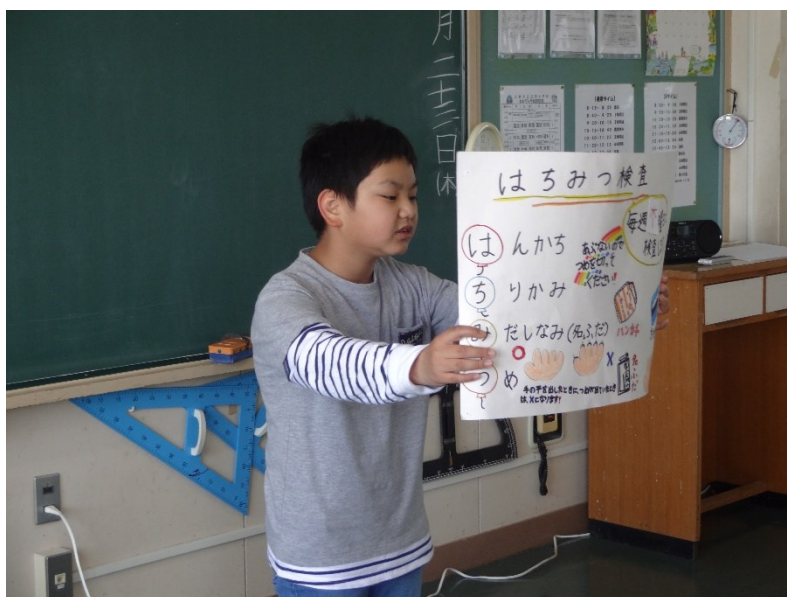
### 2 はちみつ検査の実施について

6月から健康委員会の児童が各学級に行って、はちみつ検査を行います。

- ㊦ ハンカチ
- ㊧ ちりがみ
- ㊨ みだしなみとしてのなふだ
- ㊩ つめ



の4項目をチェックします。  
お子さんへの声掛けをお願いします。



はちみつ検査について健康委員会の児童が各クラスへ説明に行きました。

クラスに行く前に声の大きさ、読む速さなどをお互いにチェックしました。