



小山田小学校
保健室
2022・7・13
No. 5



いよいよあと1週間^{しゅうかん}で夏休み^{なつやすみ}ですね。長い休み^{なが やすみ}のようですが、あっという間^まに終わってしまいますよ。学校^{がっこう}があるときと同じ生活リズム^{せいいかつ}で過ごし、充実^{じゅうじつ}した夏休み^{なつやすみ}にしてくださいね。

2学期^{がっき}元気なみなさん^{げんき}に会える^あのを楽しみにしています。



あれ? どうして元気が出ないのかな?



～ 最近の保健室より ～

あつい日が続いているからでしょうか。ぐあいがわるくなる人が多くなっています。

生活のリズムをしっかり守り、つかれを残さないようにしましょう。

また、鼻血が出る人も多くなっています。血が出るからといって上を向いてはだめです。

鼻血がでたら、下を向いて鼻をつまむようにしましょう。



7月8日(金) 歯科指導がおこなわれました！

郡山市保健所の歯科衛生士さんが来校され、1年生と6年生に「歯と口の健康について」の授業をおこないました。どちらの学年のみなさんとても真剣にお話を聞いて、歯の健康の大切さに気づくことができたようでした。また、歯を赤く染めてみがき残しのチェックをし、正しい歯みがきの仕方を教わりました。赤く染まった歯がピカピカの白い歯になって、歯みがきが上手になった人がたくさんみられました。



1年生「6歳臼歯について」



6年生「歯肉の健康について」



◎歯の授業で教わった歯みがきについて全校生に知ってほしいことがあります◎

- ①1ヶ月使ったら交換しよう！ ②えんぴつ持ちでみがこう！ ③歯ブラシはやさしく小さく動かそう！



毎日の正しい
歯みがきで
むし歯を
予防しましょう

おうちの方へ

保健室からの お知らせ

本日「健康の記録」をお渡ししました。お子さんと一緒にご覧になり、健康についてお話する機会を作っていただきたいと思います。

ご覧になりましたら、表紙にある1学期の保護者印欄に押印の上、7月15日(金)まで 担任にご提出ください。

先月治療が必要な人や検査が必要な人には、お知らせを配付してあります。

早速医療機関を受診して治療を終えている人もみられます。夏休みを活用してぜひ受診してください。

