



ほけん 保健だより

6月

羽生市立新郷第一小学校
R7. 6. 4



歯みがきすると
気持ちいいね



<今年度のスローガン>

「**歯みがきで**
丈夫な体の
基礎づくり」

ちなみに...

怖いサメが出てくる映画もありますが、
ジョーズ (jaws) は英語で「あご」のことを言います。



先生のパートナー
この子の名前も
「ジョーズ」だよ



歯みがき ジョーズの 歯ブラシは？

① 毛先が広がっている



② 後ろから毛先が見えない



歯みがき ジョーズの 握り方は？

① グー持ち



② えんぴつ持ち



歯みがき ジョーズの 力の入れ方は？

① 毛先が広がらない程度の軽い力で

② 強い力でゴシゴシ



歯みがき ジョーズの 鏡の使い方は？

① 歯みがきをしながら鏡を見る

② みがき終わるまで鏡を見ない



歯ブラシは ②

毛先が広がった歯ブラシでは、汚れが十分落とせません。1カ月に1回を目安に交換しましょう。

握り方は ②

余計な力が入りにくい「えんぴつ持ち」がオススメ。歯ブラシを軽く握って細かく動かしましょう。

力の入れ方は ①

力を入れすぎると、歯や歯ぐきを傷つけてしまうかもしれません。軽い力でみがきましょう。

鏡の使い方は ①

ブラシがきちんと歯にあたっているか、奥まで届いているかなど、鏡で確認しながらみがきましょう。

みがいたあとの
チェックも
鏡を使うと



今月の保健目標

じき せいかつ しかた かんが
つゆ時期の生活の仕方について 考えよう

今月の歯の目標

ただ は
正しくていねいに歯をみがこう

つゆの季節の過ごし方

じめじめした梅雨に入りますね。朝、寒いと思っても急に気温が上がる日や『梅雨寒』という言葉があるように、くもりや雨の日は気温が思ったより下がることもあります。その一方で、雨が多いので湿度も上がり、むしろ暑く感じる日も増えてきます。

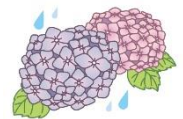


- ・急に温度や湿度が上がった日は熱中症に注意しよう
- ・下校までを考えて適度な大きさの水筒を持ってこよう
- ・ご飯をしっかり食べよう

・汗をかいた時のため着がえも持ってこよう また「暑熱順化」暑さへの体のならしをしよう



雨の日は注意!



こんな理由で交通事故が多くなると言われています。
雨の日は傘のさし方に注意して、周りをよく見て歩きましょう。



<感染症情報> (埼玉県感染症情報センター)

疾患	推移	流行状況	疾患	推移	流行状況
インフルエンザ	→	★	手足口病	→	★
新型コロナウイルス感染症	→	—	伝染性紅斑 (りんご病)	→	★★★
急性呼吸器感染症	→	—	突発性発疹	→	★
RSウイルス感染症	→	★	ヘルパンギーナ	→	★
咽頭結膜熱 (プール熱)	→	★★	流行性耳下腺炎 (おたふくかぜ)	→	★
A群溶血性レンサ球菌咽頭炎	→	★★★	急性出血性結膜炎	→	★★
感染性胃腸炎	→	★	流行性角結膜炎	→	★
水痘 (みずぼうそう)	↑	★★★			

お願い

<保護者方へ>

1学期の健康診断が終わりました。視力検査、歯科健診等、できるだけ早めに医療機関への受診をお願いいたします。また、受診した際は、結果を学校へ御提出ください。