



南が丘小学校
保健室
令和4年6月1日

天気が心配でしたが、無事に運動会が終わりました。大きなけがもなく、100%の力を出し切って素晴らしい演技をみせてくれました。演技が終わった後の顔が誇らしく、まだ新学期が始まって2か月ですが、大きな成長を感じました。

6月は学校のある日が多く、梅雨入りの季節でもあります。やる気が出なかったり、心が疲れてしまったりすることもあるかと思います。自分に合ったストレスを発散する方法を見つけ、心も健康に過ごせるようにできるといいですね。

6/4~6/10は、との健康週間



は 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



は 歯みがき にぎ 握り方は？

① グー持ち



② えんぴつ持ち



は 歯みがき ジョーズの ヒミツ 教えます



は 歯みがき ちから 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



は 歯みがき かがみ 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



は 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か月に1回を目安に交換しましょう。

にぎ 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。

ちから 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。

かがみ 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



6月の

健康診断



- 2日(木) 内科検診 (1～3年生)
7日(火) 内科検診 (5の2、4の4)
9日(木) 耳鼻科検診 (1、3、5年生)
10日(金) 内科検診 (5の3、6の2)
14日(火) 内科検診 (4の1、4の2)
尿検査2次(対象者のみ)

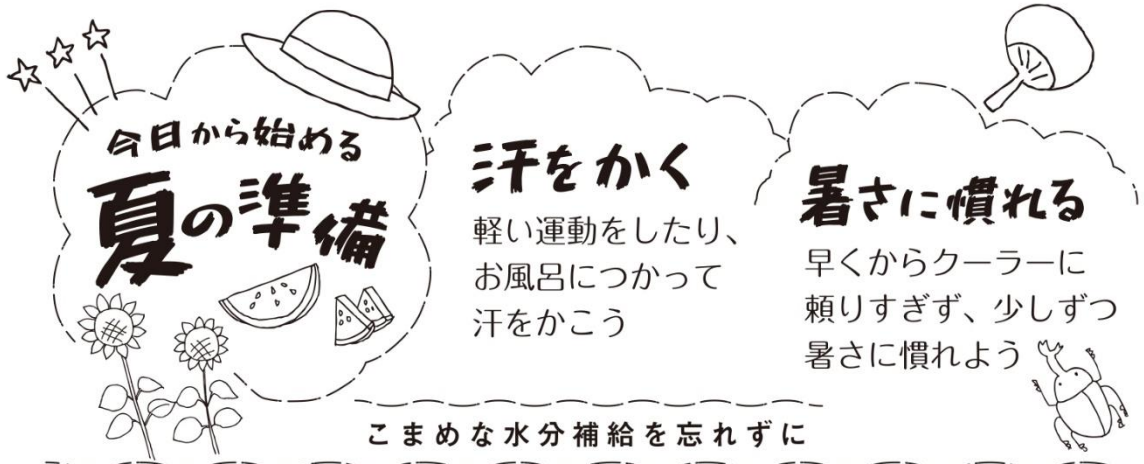
※1次検査の結果が返ってきたらお知らせします。

- 16日(木) 内科検診 (5の1、6の3)
17日(金) 内科検診 予備日

3年生の色覚検査は、4週目に行う予定です。(希望の提出があった児童のみ)

☆各健康診断の結果を、準備ができ次第、お渡ししますのでご覧ください。

内科検診、眼科検診、耳鼻科検診、尿検査結果は、異常があった児童にのみお渡しします。すでに受診済みで経過観察中の場合は、その旨や学校で気をつけることなどを保護者の方がご記入ください。



運動会頃から急に気温があがり、頭痛やめまいを訴えて来室する児童が増えてきました。熱中症を予防するために、少しずつ暑さになれるように準備をしましょう。睡眠不足の時や体調が悪いときは無理をせず、体を休めるようにしてください。