

# 6月のほけんぞより



だんだん暑くなってきましたね。代田小学校では5月は病院へ行かなければいけないけがが何件もありました☹️6月は熱中症にも気をつけて、みんなが元気にすごすことができるといいなあ。

6月は歯と口の健康週間（4日～10日）があります。給食後の歯みがきはできていますか？感染症予防に気をつけてしゃべらず口を閉じてみがこうね。5月にあった歯科健診では、歯並びやかみ合わせに注意が必要な子がたくさんいました。歯医者さんに行ってみてもらってくださいね。



## 代田っ子健康診断受診状況速報

視力 B・C・D

病院(眼科)に行った子 = 66人(受診率 約24%)

聴力 聞こえにくい子

病院(耳鼻科)に行った子 = 5人(受診率 約70%)

まだまだ病院に行かなきゃいけない子がたくさんいます。学校の健診はスクリーニングなので、お知らせをもらった子は一度しっかり病院で診てもらってね。



### プール授業が始まります!

- 朝ごはんは食べましたか？
- 睡眠は十分とれましたか？
- 顔色は悪くありませんか？
- ケガをしているところはありますか？

気になる場所はプールの前にお医者さんに相談しよう



いつもきまった時間にねて、朝ごはんをしっかり食べてきてね。

体調がわるいときや、けがをしているときは、プールに入るかどうかおうちの人と相談してから学校にきてね。

**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 ジョーズのヒミツ 教えます

**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、汚れが十分落ちません。1か月に1回を目安に交換しましょう。
- 握り方は ②**

必要ながが入りにくい「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、歯や舌の舌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っているか、舌まですべて届いているかなど、鏡で確認しながらみがきましょう。

保健室前の掲示板上にも歯みがきの掲示がしてあるよ

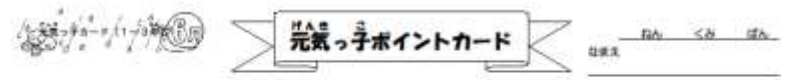
おおきな歯ブラシの模型をつかって、歯垢をとってみてね！

## おうちの方へ

今年度も元気っ子週間を行います。期間は6月27日(月)～7月1日(金)です。

1～3年生は家庭で保護者の方と取り組みます。下のカードを配付しますので、1日の終わりにカードにその日の生活について記入をお願いします。7月1日(金)には合計ポイントとお子さんの振り返り、保護者の方のコメントを記入してください。

4～6年生もお子さんが振り返りを記入後、家に持ち帰りますので、保護者の方からもコメントをいただきたいです。7月5日(火)までに学校へ提出してください。



代田っ子のミッションを毎日1ポイントを獲得、元気いっぱい生活しよう。6月27日(月)～7月1日(金)のあいだ、1日のおわりに記入しよう。7月1日(金)に合計ポイント、そのかえりを記入してね。おうちの人がコメントを書いてね。7月6日(土)までに提出しよう。おうちの人がいっしょに参加してね。

代田っ子のミッション						
	日	6/27 (月)	6/28 (火)	6/29 (水)	6/30 (木)	7/1 (金)
1 歯のう、ねた歯磨き	90105%	0 5A	0 5A	0 5A	0 5A	0 5A
2 けら、おた歯磨き	60505%	0 5A	0 5A	0 5A	0 5A	0 5A
3 メディア2時間まで	0					
4 あさごはんを食べた	0					
5 朝と夜に歯みがき						
6 朝の歯磨きでかむ						
	曜日	6/27 (月)	6/28 (火)	6/29 (水)	6/30 (木)	7/1 (金)
	合計					

1週間(7日間)の合計ポイントを記入してください

お忙しい中ではありますが、お子さんの健康的な生活のため、ご協力を願います。