

ほけんだより 6月

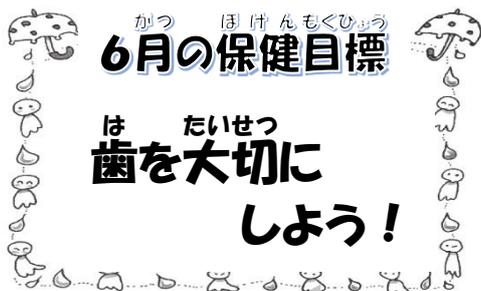
令和元年6月5日
黒部市立荻生小学校
保健室

6月になり、気温の変化が激しい日が続いています。体調を崩しやすい時期ですので、衣服で調節したり、汗をかいたら着替えたりしましょう。



梅雨があけたらピカピカの夏はすぐそこです！

6月は歯の衛生月間です！



6月の保健目標

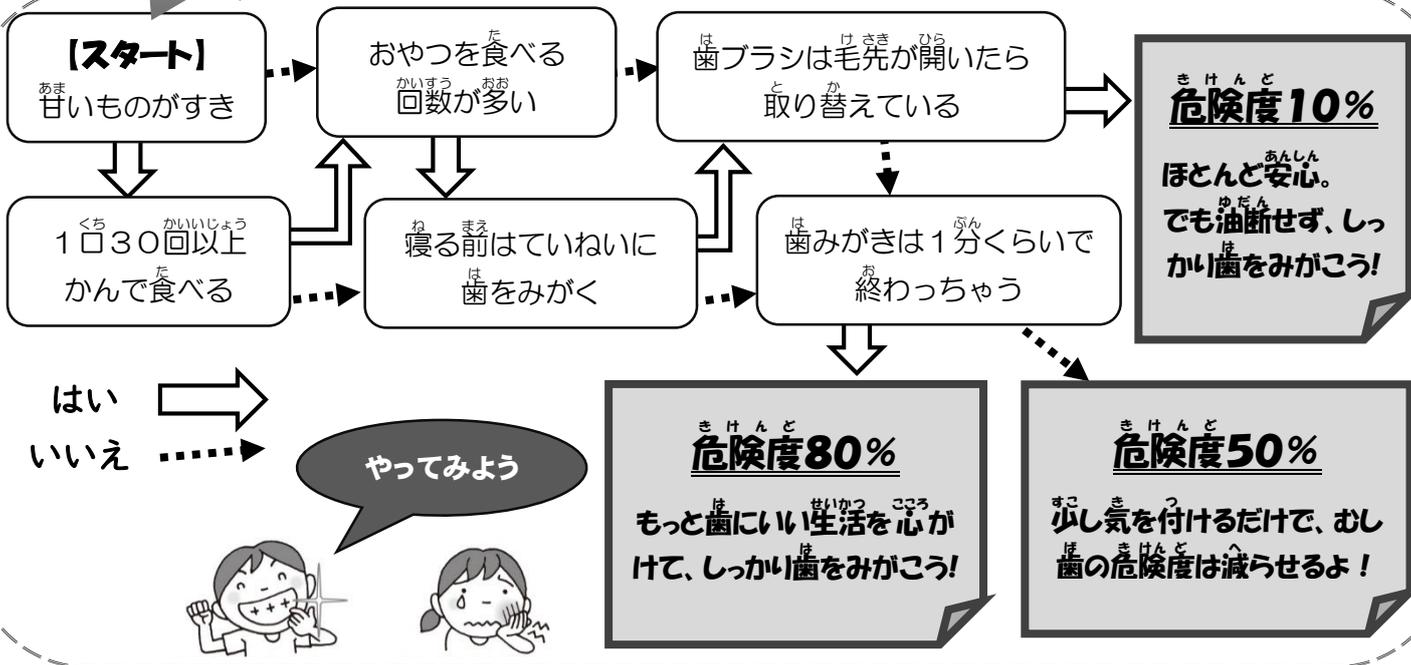
歯を大切に
しよう！

- 保健委員会によるフレンド集会【歯に関する発表】
(5月31日に行われました。裏面をご覧ください。)
- 歯みがきカレンダー
(家での歯みがきの様子を記入する)
- 学級活動【歯の保健指導】



など、様々な取組を予定しています。

むし歯になる
危険度チェック！



歯科検診治療状況

6月1日現在の歯の治療状況です。

歯科検診で治療カードをもらって、まだ受診していない人は早めに行きましょう！

学年	治療が必要な人数	治療した人数	治療率
1年生	6人	2人	33(%)
2年生	8人	2人	25(%)
3年生	14人	2人	14(%)
4年生	8人	2人	25(%)
5年生	3人	1人	33(%)
6年生	8人	3人	37(%)

ね っ ち ゅ う し ょ う ち ゅ う い 熱中症にご注意を！

からだ あつ な がつ ね っ ち ゅ う し ょ う
体が暑さに慣れていない6月は、熱中症に
なりやすい時期です！

ね っ ち ゅ う し ょ う よ ぼ う 熱中症を予防するために・・・

1. のどがかわく前に、こまめに水分をとろう！
2. ひざしの強い日は、ぼうしをかぶろう！
3. 体の調子が悪いときは無理をしないようにしましょう！



ね っ ち ゅ う し ょ う
熱中症って
どうなるの？？



ひとひといの
心がけが大切です

ね っ ち ゅ う し ょ う 熱中症には・・・

からだ き も わる あたま いた
体がだるい、気持ち悪い、頭が痛い
など、かぜのような症状



あし ころ た あ
足がつる、転びやすくなる、立ち上がれない

など、筋肉や体の動きに関する症状



などがあります。

いつもとちがう？おかしいな？と思ったら、
すぐにまわりの人に伝えましょう。



プール学習が始まります！

じぶんでチェック

- つめを切った
- 耳そうじをした
- 前の日はしっかり眠れた
- 朝ごはんをきちんと食べた
- 体調ばっちり！

プールに入る前に
チェックをしましょう



は かん は っ び ょ う 5 が つ に ち 歯に関する発表 (5月31日)

ほ けん い いん かい
保健委員会



「6年間むし歯
ゼロゼロ大賞」
の表彰

4名が表彰されました。

は かん
歯に関する
3択クイズ！！



～保護者のみなさまへ～

6月には、プール開きがあるため、健康診断で見付
かった「目・耳・皮膚」等の治療をお願いします。