

# ほけんだより 6月

令和3年6月2日  
黒部市立  
荻生小学校

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

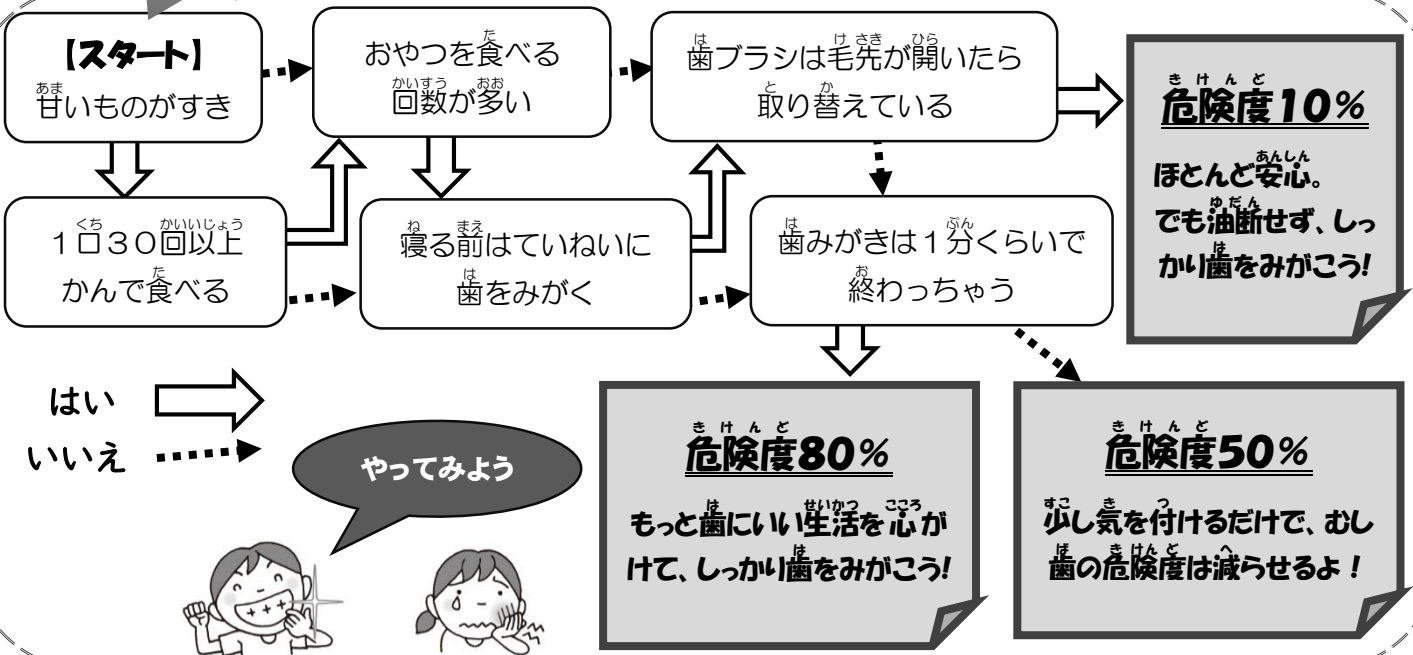
歯を大切に  
しよう！

- 保健委員会によるフレンド集会【歯に関する発表】
- 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

5月7日に行われた歯科検診で、むし歯や歯列、歯肉、歯垢で治療カードをもらった人の割合です。

治療カードをもらった人は早めに歯医者さんに行きましょう！



学年	むし歯	歯列	歯垢	歯肉
1年	10%	0%	3%	0%
2年	26%	17%	13%	0%
3年	26%	8%	4%	4%
4年	19%	9%	9%	0%
5年	17%	11%	5%	8%
6年	12%	8%	4%	12%
合計	17%	8%	6%	4%

# 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??

## 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

ひとひとの  
こころ たいせつ  
心がけが大切です

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。



## せんげつ せいかつしゅうかん ぼけん いんかい かつどう 先月の生活習慣チェック(保健委員会の活動)

がつ せいかつしゅうかん けつ  
5月から生活習慣チェックが始まりました！

かくこうちく てんすう たか がくねん おし  
各項目で点数が高かった学年をお知らせします。

はんかち・ティッシュ	...	3年	100点	はや	...	3年	100点
つめ	...	3年	100点	メディア	...	2年	100点
あさ 朝ごはん	...	2~6年	100点				

ぼけん だよりでは、  
まいつき まえ つき  
毎月、前の月の  
けつ果をお知らせし  
ていきます。

こんねんど ぼけんいんかい かつどう せいかつしゅうかん ぼけん いんかい かつどう  
今年度も、保健委員会の活動として、生活習慣チェックが始まりました。今年度1回目の5項目チェック  
は、なんと、なんと！100点がたくさん！いいスタートダッシュが切れましたね。家族や、友達同士で声を  
かけあって、1年間規則正しい生活を意識していきましょう！

