

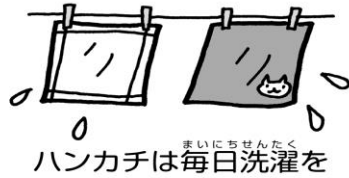
ほけんだより 6月

秦野市立鶴巻小学校保健室

令和3年6月

天気てんきのすっきりしない日ひが多おほくなってきました。

梅雨つゆの時期じまは、むし暑あついなあとおもっていたら急きゆうに気温きおんが下さがって肌寒はださむくなることことがあります。着るもので上手うまに調節ていせつしましょう。



5月12日から先週せんしゅうまで、東海大学とうかいだいがくの学生がくせいさんが養護教諭ようごきょうゆになるための実習じっしゅうで保健室ほけんしつにきていました。「たくさんこの子どもたちこえに声をかけてもらい、とても嬉うれしく、実習じっしゅうの励みはげになりました。」と言いっていました。ありがとうございました。

そして4年生ねんせいでは、実習生じっしゅうせいの保健指導ほけんしどうで「手洗い実験てあらじっけん」を行いましたおこな。



両手りょうてに手洗いチェッカーてあらをぬり、いつものように手てを洗あらいます。



ブラックボックスなかの中に手てをいれると・・・洗い残あらした部分ぶぶんが白しろく光ひかりました!

きれいに洗あらっているつもりでも、洗い残あらしがたくさんあることことに子どもたちはとてもおどろいていました。特に、洗い残あらしが多おほかったところは・・・



ウイルスを体からだの中なかに入いれないためにも、洗い残あらしがないようにいっかいいっかい一回てあらの手洗てあらいをていねいにしっかりおこなと行おこないましょう。そして、せいけつなハンカチで手てをふきましょうね。

裏面りめんもごらんください。

その口の中



むし歯菌が大好き!?

歯みがきをていねいにしていない



歯についた
白いかたまりは、
ボクたちの家。
歯みがきなんて...
簡単でいいよ!

白いかたまりは歯垢と
言って、むし歯や歯周
病の原因になる菌がたくさんい
ます。水に溶けにくいので、う
がいだけではダメ。歯みがきで
きちんと取りのぞきましょう。

おやつをガラガラ食べている



砂糖がたくさん
入ったおかし。
ガラガラ食べようよ♪

むし歯菌は、ガラガラ
食べている口の中が大
好き。食べものに含まれる糖分
をエサにして酸を作り出し、歯
を溶かしてしまいます。おやつ
は時間を決めて食べましょう。

あまりがまずに食べている



だ液がたくさん
出たら流されちゃう!
よくかまなくても
いいよ—

口の中の汚れを洗い流
してくれるだ液。よく
かんで食べるとたくさん出ます。
普段からかみ応えのあるものを
選んで、ひと口30回しっかりか
みましょう。

☆おうちのかたへ☆

健康診断が全て終了した学年から健康手帳をお返します。
健康診断結果をご確認ください。

治療や相談の必要な疾病があった場合には、各検診後に「結果のお知らせ」をお渡しして
います。治療や相談が終わりましたら、学校へ提出をお願いします。

(保護者の方の記入で結構です。)

