

ほけんだより



学校 HP に保健室の様子も UP しています♪



がくしゃう
プール学習がはじまります！
たの
～楽しいプールにするために～



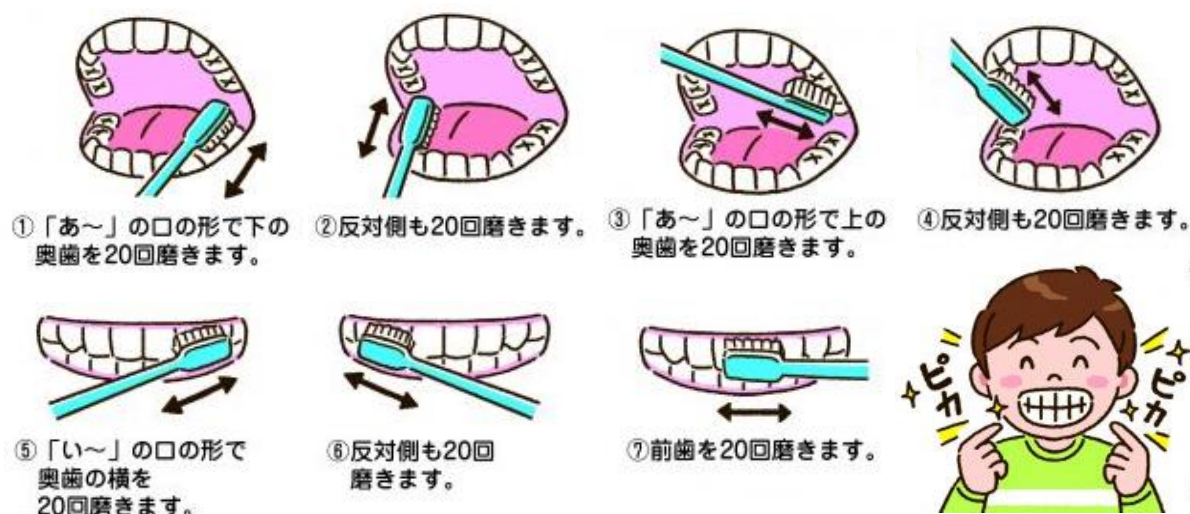
6月はむし歯予防月間！

令和元年6月5日 熊谷市立星宮小学校保健室 第3号

6月4日～10日は、歯と口の健康週間です！

星宮小学校では毎年この時期に歯と口の健康に関するさまざまな行事を行っています。この機会に、自分の口の中の様子を見直してみましょう。また、4月に行った歯科検診で何か異常が見つかった人は、なるべく早めに歯医者さんにみてもらい、報告書を学校に提出してください。

めざせ歯みがきマスター♪順番を決めてみがくのポイント！



たいいくほけんいいんかい 体育保健委員会によるむし歯予防集会を実施しました！



たいいくほけんいいんかい
体育保健委員会のみなさん、すばらしい発表をありがとうございました♪

6月4日、むし歯予防集会を行いました。体育保健委員会のみなさんが、「歯みがき戦隊ミガクンジャー」という劇を発表しました。クイズも交えながら、どうしたらむし歯を防ぐことができるのか、みんなで楽しく学びました。最後には委員長から、「むし歯のある人は歯医者さんに行きましょう。むし歯のない人も、歯みがきをしっかりしましょう。」と話がありました。

ぜんじつ 前日に、つめをしっかりと切っておこう！



プールのときはふだんよりも皮ふの出ている面積が広いので、つめがのびていると友だちにぶつかったりしたときにけがをさせてしまいます。

みみ 耳そうじもちゃんとしておこう！



耳あかがたまったままプールに入ると、耳の中でふやけてしまい、耳が聞こえづらくなることも。ただし、耳そうじのしすぎもNGです。

まえ じゃんぷうんどう プールの前は準備運動をしっかりと！



水泳で一番多く起こるけがが、「水の中で足がつる」こと。最悪の事態になりかねない、こわいけがです。そうならないためにも、準備運動をしっかりと。

わる ぐあいが悪いときはすぐに言いましょう



水の中では、自分が思っている以上に体力を使います。ちょっとでも体調がおかしいと思ったら、すぐに近くにいる先生に言ってください。

ねつ いんとうけつまくねつ かんせんしょう ちゅうい アタマジラミやプール熱(咽頭結膜熱)などの感染症に注意！！



感染症というと、なんとなく冬のイメージが強いですが、プールの時期に多く広がるものもあります。その代表が、アタマジラミとプール熱(咽頭結膜熱)の2つです。星宮小でも、昨年度は両方とも感染がありました。十分に注意するようにしましょう。



こちらについては、別紙(お知らせ)もご覧ください。

つゆ じき も かた 梅雨の時期・・・かさの持ち方、どうしてる？



雨が止んで、かさをたたんで持って帰るとき、どのように持っていますか？左のイラストのような持ち方をすると、後ろの人にかさの先がささりそう危険です。また、右のイラストのようにチャンバラをして遊ぶなんて、もってのほか！けがをしない・させないために、安全な持ち方をしましょう。

