

ほけんだより 6月

令和元年 6月 11日
志木市立宗岡小学校
保健室

6月に入り、雨の季節をむかえます。6月は、**天気が悪くて外遊びができない**ため、**つい教室や廊下で走り回ってしまい、思わぬけがをする人が増える**時期でもあります。そんなときこそ、**部屋の中で楽しく過ごす方法を見つける**良い機会です。また、**天気によって気温の差が大きい時期なので、体温の調節**ができる服装にして**元気よく過ごせるように心がけ**ましょう😊



雨の日の歩き方

雨の日は傘を差すので**視界が狭くなります**。また、**雨の音によって音が聞こえにくくなる**ことから、**車に気づきにくくなり、交通事故が多くなる傾向**にあります。
梅雨入りに備えて、**雨の日の歩き方をしっかり確認**しておきましょう。

正しい傘の持ち方

前がよく見えるように傘を持ちましょう。
傘で遊ぶのは危険です。

横に広がって歩かない

ほかの通行の妨げになるので、横に広がって歩くのはやめましょう。

道路を渡るときは左右をしっかり確認する

傘を高く上げて、左右をしっかり確認してから渡りましょう。

自立つ色のレイングッズを身につける

雨の日は薄暗いので、**運転している人が気づきやすい色（黄色や白）の物**を身につけるとよいでしょう。

© 少年写真新聞社 2019

もうすぐプール開き

宗岡小学校では6月13日の木曜日に**プール開き集会**があります。
みんなが安全に、楽しい**プール学習**ができるように**準備**をしましょう！



健康診断もあと少しです!! 6月の予定

| 健康診断項目 | 月/日(曜日) | 検査を受ける学年 | | | | | | 注意事項 | |
|--------------|---------|----------|---|---|---|---|---|----------------------------------|------------------------------------|
| | | た | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | 6 |
| 内科検診(修学旅行前) | 6/17(月) | | | | | | | ● 欠席をして内科検診を受けられていない児童もこの日に受けます。 | ● 体育着を持ってきましょう。前日はきちんと入浴をしておきましょう。 |
| 脊柱側湾症検診(モアレ) | 6/19(水) | | | | | | | ● | ● 体育着を持ってきましょう。(予備日は6/28の金曜日) |

じょうずに歯みがき 元気な歯!

全学年の児童が、無事に**歯科検診**を受け終わりました。治療が必要な人は、**早めに歯医者さんへ行き**ましょう。今回の検診で**C0(むし歯になりかけの歯)**や**C(むし歯)**があった児童もなかった児童も、**もっと上手な歯みがきの仕方**を身に付けて**歯の健康**を守りましょう!

歯ブラシチェック

毛先がひろがっていたら変えましょう

みがき粉のつけ方

歯ブラシの1/3くらいつけすぎないように

歯ブラシの使い方

歯にまっすぐあてます

歯肉とのさかいめは45°

少しかたむけて

歯ブラシの持ち方

えんぴつも鉛筆を持つように軽く

みがくときは

かがみ鏡を見て、1本1本ていねいに

みがきにくいところは、つま先やかかとをつか使って

ちからを入れず、こきざみに

★使い終わったら、よく洗い、ブラシを上にして、かわかしましょう

保護者の方へ

☆今年度、ほとんどの健康診断が終了しました。治療を要する児童には、治療勧告書を配付しています。すでに治癒証明も続々とご提出頂いています。まだ受診していない場合は、早めに受診をお願いします。(耳鼻科につきましては、プール前までに治療を済ませてください)

☆プール学習が始まるにあたり、「アタマジラミ対策」を全家庭にお願いしています。アタマジラミは通年でみられます。お子さんの**頭髪チェック**や**タオル・ブラシの貸し借り禁止**など、改めて感染予防と早期発見にご協力よろしくお願ひ致します。アタマジラミの卵等を見つけた際は、皮膚科を受診し、学校にもご連絡ください。