

ほけんだより

平成30年5月30日
練馬区立大泉西小学校
保健室

運動会まであとわずかとなりました。毎日練習することにより、子供たちの演技や競技は一段としっかりしてきました。

しかし、このところの暑さも重なり、疲れやすくなっています。そのため、おうちではなるべく身体を休ませ、体調を整えるようにしてください。

ところで、6月は「歯と口の健康月間」です。

そのため、給食の後に歯みがきをします。運動会が終わりましたら、学校に歯ブラシとコップを持って来るようにしてください。



よい歯のバッジは、健康診断の時にむし歯がなかった人、12月末までにむし歯を治療してきた人にお渡しします。

6月8日(金)
歯垢染色テスト4.6年

歯と口の健康月間(6月1日～6月30日)

食事のあとに、歯みがきをしましょう。

運動会までは、朝と夜の歯みがきをしましょう。

運動会が終わったら、学校に歯ブラシを持って

きて、朝・昼・夜と歯みがきをしましょう。

毎日、コップ(われないもの)と歯ブラシを

袋に入れて持ってきましょう。

もし、歯ブラシをわすれたら、ブクブクうがいをしましょう



じめじめした梅雨も健康です。ごすために



カラダや衣服を清潔に



熱中症に気をつけて



食中毒に注意



ケガや事故を防ごう