

ほけんだより 6月

平成26年6月4日 練馬区立南田中小学校 校長 梶谷 雅弘

雨の日 こんなことにきをつけよう!



足元に注意!



かさが危ない!!



目立つ色の服で

プール開きの前に治療を済ませましょう!

内科検診、眼科検診、耳鼻科検診で「受診のすすめ」を配付された方は、もう治療を済ませているでしょうか。プール開きまでに「受診報告書」をご提出いただけない場合は、プールへの入水が認められません。楽しく安全な水泳の授業となりますよう、提出へのご協力よろしくお願いいたします。

入る前

- 熱っぽい、だるい。
- 鼻水やせきが出ている。
- おなかの調子が悪い。



こんなときは、プールに入るのをやめましょう。



プールの健康チェック ビフォーアフター

入った後

- 皮ふがかゆくなった。
- 目が痛い・かゆい。
- 耳が変な感じ。



こんな様子が続くときは、お医者さんにみてもらいましょう。

●○今月の目標○●

歯を大切にしよう!

6月4日~11日 歯と口の健康週間

よい歯のバッジを配ります

今日から、よい歯のバッジを配り始めました。むし歯のない子、むし歯の治療を済ませた子にお渡ししますので、是非みんながバッジを持てるように歯医者へ行き、むし歯の治療をしましょう。

食べた後



むし歯をつくる細菌は、食べた後の口の中の汚れを使って、歯をとかします。食べた後、なるべく早く歯みがきをすることで、細菌の活動をじゃますることができます。

ねる前



眠っている間は、だ液の量が減り、口の中の細菌が活動しやすくなります。口の中をきれいにしておくことで、むし歯をつくりにくくします。

