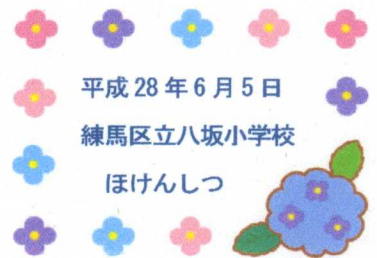




ほけんだより



平成 28 年 6 月 5 日
練馬区立八坂小学校
ほけんしつ



あじさいの花がきれいな季節となりました。

雨にぬれた緑の葉っぱが、とてもきれいに輝いていますね。これから雨の多い日が続きます。外で元気に体を動かさない日も多くなると思うので、室内でも楽しく、安全に過ごせるよう、工夫していきましょう。

また、昼間と朝夕で気温の差がはげしい時期なので、衣服の調節を上手にして、体調管理をしっかりしていきましょう。



改めてお伝えします!! ほけんしつ利用のルール

先生に断ってから来よう



保健室を利用したいときは、まず担任の先生・授業の先生に許可をもらってから来ましょう。

家で手当をしてこよう



保健室は初回の応急処置を行うところです。昨日までのケガ、家でしたケガはおうちで手当をしてきましょう。

さわがない



保健室ではしずかに過ごしましょう。注意してもうるさい場合は、入室禁止になります。

勝手に使わない・さわらない



保健室にあるものを使いたいときは、まず先生に声をかけてください。大切なものがたくさんあるので、守ってくださーいね。

★みんなが気持ちよく利用できるようにしましょう!



6月4日～10日は...

はくち けんこうしゅうかん 歯と口の健康週間

★1年生への歯磨き指導については後日改めてお知らせします。

6月4日～10日は(歯と口の健康週間)です。歯の健康について正しい知識をもち、それを

実行することは、からだ全体の健康をたもつことにもつながっていきます。

今年も「よい歯のバッジ」の表彰を行いました。歯科検診の結果、むし歯がまったくなかった人、きちんと治療をすませている人、にはバッジが配られました。

今回バッジがもらえなかった人も、これから治療が終わればバッジを渡しますので、早めに治しましょう。



しかけんしんけっか 歯科検診結果



	1年	2年	3年	4年	5年	6年	合計
全くむし歯のない人	51	39	34	21	27	35	207
治りようが終わっている人	15	15	14	18	16	15	93
むし歯があった人	30	24	39	37	33	15	178
受診者数	96	78	87	76	76	65	478
シヒカンリツ う歯被患率	28年度 47%	50%	61%	72%	64%	46%	57%
	27年度 41%	57%	57%	61%	50%	47%	52%

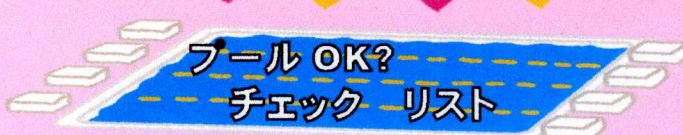
さくねんど くら ねんせいがい ばりかんりつ ぞうか
昨年度に比べると、6年生以外はむし歯罹患率が増加しています。

むし歯があった人も、すぐ治療に行き、よい歯のバッジをもらっている人もたくさんいるので、まずは、むし歯にならないように、毎日の歯みがきをしっかりと続けていきましょう。

正しい歯みがき → この5つをきわめること

- 1 歯ブラシの選び方**
自分の口にあった歯ブラシを選ぶ
- 2 持ち方**
えんぴつを持つように軽く
- 3 毛先の当て方**
歯の面にきちんと当てる
- 4 動かし方**
たてよこに細かく動かす
- 5 カの入れ方**
歯ブラシが広がらない
くらいの軽い力で

6月13日は プールびらきです!!



- ★耳や目の病気がある人は治しておこう
- ★爪を切っておこう
- ★当日の朝は体調チェック

- 熱はないかな?
- 頭やお腹は痛くないかな?
- 気分は悪くないかな?
- ケガをしていないかな?