

ほけんだより 6月

2026.6
八幡台小学校
ほけんしつ

雨が多い時季になりました。半そでや短いズボンなど夏物がちょうどよい日が増えてきていますが、雨が降って肌寒く感じる日もあります。「暑くなってきたから上着をぬごう。」「雨が降って少し寒いからもう一枚着ようかな。」など、自分で自分の健康を考えて行動できるとすてきですね。上着やカーディガンなどはおりもので上手に調節しましょう。



6月の保健目標



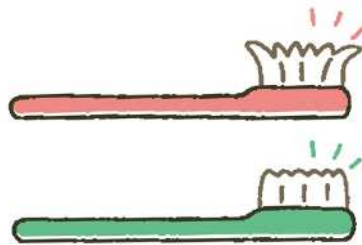
歯を大切にしよう

じょうずな歯みがき、できている？



みがくタイミング

食後と寝る前には必ずみがこう。特に寝る前は、むし歯予防にとっても大切。



自分に合った歯ブラシ

清潔な歯ブラシを。毛先が広がったら交換。自分の口に合うサイズと硬さを選ぼう。



じょうずなみがき方

1本ずつ軽い力で小刻みに。歯と歯肉の境目、歯の裏側、歯と歯の間などを意識しよう。

よい歯と口の児童

歯科健診において、今年は6の1佐藤藍さんと6の3中井俊作さんが「よい歯と口の児童」に選ばれました！ 毎日のていねいな歯みがきの積み重ねが、すてきな歯と口につながっています♪

6月の予定

4日(木) 尿検査【5日(金)予備日】

12日(金) 色覚検査 4年希望者

18日(木) 尿二次検査【19日(金)予備日】

※ 二次検査については対象となった児童のみ個別に連絡します。

おうちの方へ

4月よりたくさんのお提出書類にご協力いただきありがとうございました！

アタマジラミに気をつけよう

アタマジラミは、頭にすむ小さな虫だよ。
頭と頭がふれると、うつることがあるよ。
きたないからうつるわけじゃなくて、だれにでも起こることなんだ。



こんな様子はないかな？

頭をよくかく



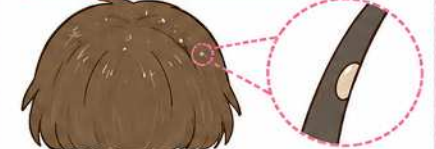
頭がかゆくて、何度もかくことがあるよ。

耳の後ろやえりあしをかゆがる



耳の後ろやえりあしが、かゆくなることもあるよ。

髪に白い小さなつぶがついている



白いフケのように見えるけど、髪の毛にしっかりくっついていて、とれにくいのが特徴だよ。

かゆいなど思ったり、気になることがあったら、大人にそうだんしてね。



プール学習がはじまる前に

気になる場所は、お医者さんに相談しておこう

