

親子で読もう！



ほけんだより

竹野小学校 No.7

2020.6.9

学校でも、家でも
きちんと手を
洗おう！



「しっかり」手を洗い「清潔な」タオルでふくこと

大切な検査です。
必ず提出しよう！

尿検査をおこないます

定期健康診断の尿検査を行います。本日容器を配付しましたので、
別紙の注意事項をよく読んで、提出しましょう。

提出日は

6月10日(水)・11日(木)

11日(木)は予備日です。できるだけ、10日(水)に提出しましょう。

★おしっこのとり方★

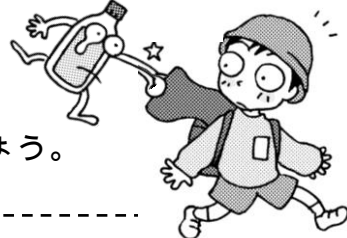
- 1 前の夜は、オレンジジュースなどビタミン入りのものは飲まない。(潜血がでやすくなります。)
- 2 寝る前には必ずトイレにしておく。
- 3 朝、起きてはじめてのおしっこを紙コップにとる。
- 4 提出用のポリ容器におしっこを吸い上げ、フタをしっかりと閉める。
- 5 名前ラベルをポリ容器と青いナイロン袋に貼る。

* 10日に提出を忘れた場合は、11日に同じ要領で提出してください。

* 体調などにより提出できない場合は、学校に連絡をしてください。

* ラベルの貼り方について、別紙の注意事項をよく読んで間違いのないようお願いいたします。

忘れないで～



この時、できればおしっこの
はじめのおしっこは捨てて、
中間尿を取るとよい。

おうちで歯みがき、がんばろう！

これまで学校では給食後に歯みがきをしていましたが、新型コロナウイルス感染症予防のため、学校歯科医の先生にも相談して、当面のあいだ実施を見合わせています。フッ化物洗口も同様です。

しかし、むし歯予防も大切です。おうちでの歯みがきをこれまで以上に、しっかりしましょう。

フッ化物洗口については、フッ素が含まれている歯みがき剤を使用したり、個別に歯科医院でフッ素塗布を受けるなどの方法で補うようにしてください。



むし歯は寝ている間にできやすいです。