



令和6年6月3日（月） 大宮南小学校 保健室

とうげこう き 登下校に気をつけよう！

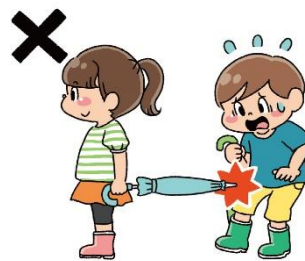
つゆ じ き 梅雨の時期になると、あめ ふ 雨が降っている中、なか とうげこう 登下校することがふ 増えます。かさ を さ して いると、まわ りが み え に く くなります。また、みち かいだん すべ 道や階段が滑りやすくなります。いつも いじょう まわ 以上に周りをよく み て、あんぜん とうげこう 安全に登下校しましょう。



れつ 2列にならない



あそ かせで遊ばない



も かた かせの持ち方に
ちゅうい 注意

つめはのびていませんか？

つめが のび ていると、けが を し たり、よご はい 汚れが入ったりします。また、のび ていると きゅうしょくとうばん 給食当番ができません。ほけんしつ 保健室で つめ を き 切ることがな いように、なが なが 長くなったなと思ったら、おうちで 切 ってください。また、きゅうしょくとうばん ひと 給食当番の人は、マスク も わす れ ずに 持 ってください！



6月の保健行事予定



たいじゅうそくてい ぜんこう
・ 体重測定【全校】

6月4日（火）1・2・3年生

6月7日（金）4・5・6年生

けんによう に じ けん さ がいとうしゃ
・ 検尿二次検査（該当者）6月11日（火）12日（水）

しんぞう に じ けん しん がいとうしゃ
・ 心臓二次検診（該当者）6月18日（火）

たい ふく わす
体着服を忘れず
も 持 ってください！

は くち かんが 歯と口のけんこうについて考えよう!

6月4日～10日は、歯と口の健康習慣です。毎日の歯みがきはていねいにできていますか?先月、歯科検診がありましたね。歯みがきができていない人が何人かいました。歯肉に炎症がある人もいました。歯と口を守るためにも、毎日の歯みがきを、ていねいにしましょう!

6月4日～10日は



歯周病とは・・・

歯肉(歯ぐき)に炎症が起こる病気です。「歯」だけでなく、「口」の中も健康でいられるようにしたいですね。歯周病チェックをしてみましょう!

あなたの口は
大丈夫?

歯周病チェックリスト

- ☐ 朝起きたとき口の中がネバネバする
- ☐ 歯みがきのときに出血する
- ☐ 硬いものが噛みにくい
- ☐ 口臭が気になる
- ☐ 歯ぐきがときどき腫れる
- ☐ 歯ぐきが下がって、歯と歯の間に隙間ができています
- ☐ 歯がぐらぐらする

チェックが多い人は病院へ行きましょう。

むし歯になりにくい人は?



オレはむし歯菌。
こんな人には
近づきたくない!



☆しっかり
歯みがきをする人



☆よく、かんで食べる人



☆おかしを
あまり食べない人

よくかむと、だ液が出て、食べかすや細菌を洗い流してくれるよ。