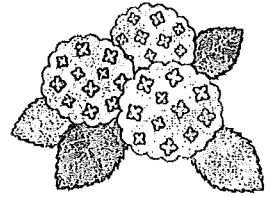


# 6月のほけんだより

京丹後市立丹後小学校 令和4年6月2日(木)

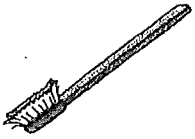
さわやかな季節から少しずつ暑い白が夢なくなってきました。  
 運動会練習期間には暑くて鼻血が出る人たちがいました。季節は、だんだんと梅雨の季節に近づいています。1学期も折り返し、暑い季節に向かいますが、少しずつ体を慣らして元気に過ごせるようにしましょう。



## 6月3日から10日は歯の衛生週間

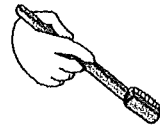
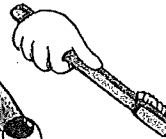
### 歯みがき ジョーズの歯ブラシは？

- ① 毛先が広がっている
- ② 後ろから毛先が見えない



### 歯みがき ジョーズの握り方は？

- ① グー持ち
- ② えんぴつ持ち



# 歯みがき ジョーズのヒミツ

教えます

### 歯みがき ジョーズの力の入れ方は？

- ① 毛先が広がらない程度の軽い力で
- ② 強い力でゴシゴシ



### 歯みがき ジョーズの鏡の使い方は？

- ① 歯みがきをしながら鏡を見る
- ② みがき終わるまで鏡を見ない



#### 歯ブラシは ②

毛先が広がった歯ブラシでは、汚れが十分落とせません。1カ月に1回を目安に交換しましょう。

#### 握り方は ②

余計な力が入りにくい「えんぴつ持ち」がオススメ。歯ブラシを軽く握って細かく動かしましょう。

#### 力の入れ方は ①

力を入れすぎると、歯や歯ぐきを傷つけてしまうかもしれません。軽い力でみがきましょう。

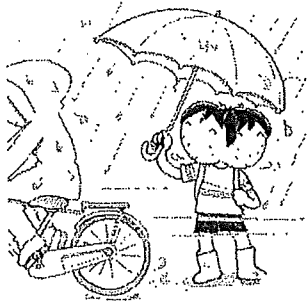
#### 鏡の使い方は ①

ブラシがきちんと歯にあたっているか、奥まで届いているかなど、鏡で確認しながらみがきましょう。

みがいたあとのチェックも鏡を使うと



つゆい まちか あめ きせつ ちゅうい  
梅雨入り間近。雨の季節に注意したいこと。



かさ  
傘をさしている時

いつもよりまわ  
りをよく見よう。



キケン！  
かささし運  
転

よこ  
横に広がって  
ある  
歩かない！



かさのふりまわ  
しX



きょう  
今日から始める  
はつ  
夏の準備  
すこ  
少しずつ暑さに慣れよう



すいぶん  
〇こまめに水分をとる

かぜとお  
〇風通しの良い服を着る

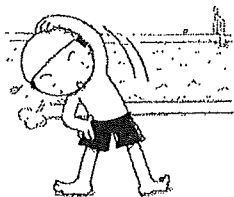
かる うんどう あせ  
〇軽い運動で汗をかこう

プール授業が  
始まります！

20日～22日にプールそうじ  
23日(木)～プールでの学習が  
始まります。  
みみ  
耳そうじや爪は短く切っておきましょう。



6月の行事予定



- 2日(木) 検尿二次
- 3日(金) 歯科検診(13:30～)
- 7日(火) 体重測定1・2年
- 8日(水) 体重測定3・4年
- 9日(木) 体重測定5・6年
- 10日(金) 内科検診13:30～
- 22日(水) 心臓二次11:20～11:45

【フッ化物洗口】基本は、毎週金曜日です。検診が続くので、しばらくの間、火曜日に実施します。コップ忘れずに