

ほけんだより 6月

H26.6.5
せとしろしほけんのしやがこう
凍頂カ市立下品野小学校

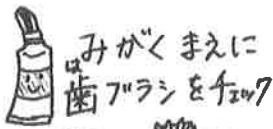
ほけんしつ

まなつ き おも あつ い たいちよう
真夏が来たかと思うほど、暑い日がつづきましたが、体調をくずして
いませんか。まだまだ体は暑さになれていません。こういう時は、
体調をくずしやすいだけでなく、熱中症にもなりやすいです。
水分ほ給と、きそく 正しい生活リズムで、あつーい夏に備えましょう。

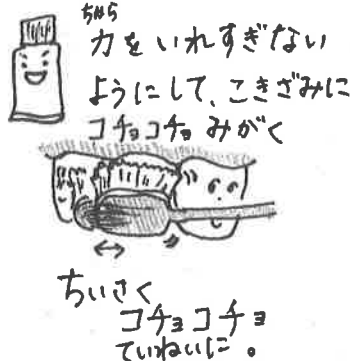


かすて、前かみえなくならない
ようにちょうしよう。

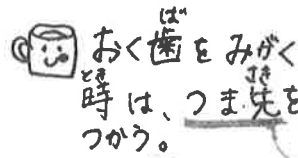
歯ブラシをつかいこなそう



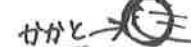
みがくまえに
歯ブラシをシェーク
うしろから見て、毛が
出ていたらこうかん!



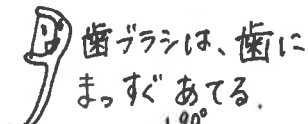
ちいさく
ゴチャゴチャ
ていねいに。



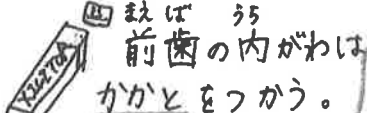
おく歯をみがく
時は、つま先を
つかう。
おく歯の
「おく」もみがく!



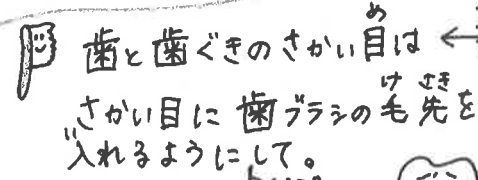
歯ブラシの
なまえ



歯の表面を
きれいに。



内がわまでていねいに。



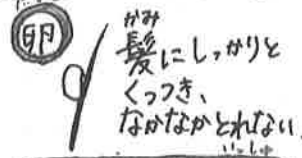
歯と歯ぐきのさかい目は
「さかい目」に 歯ブラシの毛先を
入れるようにして。



このさかい目に
歯こう(よごれ)がのこっている!!

プールがはじまりました!! アタマジラミに注意!

★アタマジラミの卵の見分す方、★卵が見られやすい場所、



ヘアキャスト(フケの一種)

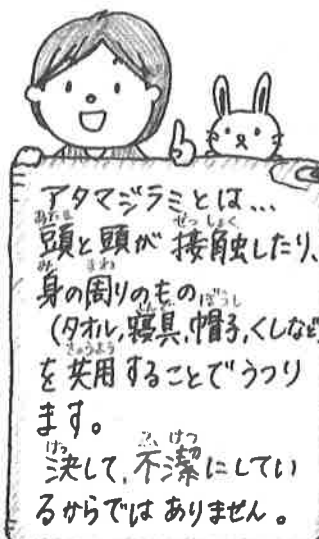


指で
簡単に
とれる

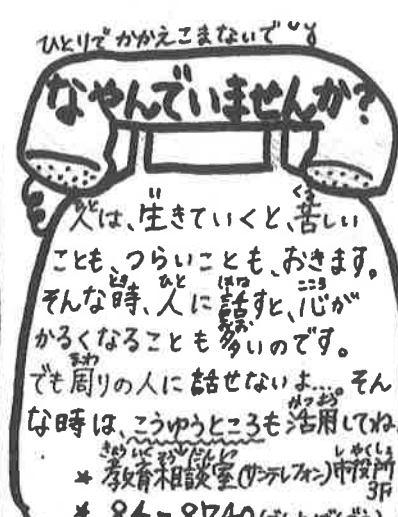


後頭部

※卵は髪の毛の根元近くに
産みつけられています。



アタマジラミとは...
頭と頭が接触したり、
身の周りのもの(タオル、寝具、帽子、くしなど)
を共用することでうつり
ます。
決して、不潔にしてい
るからではありません。



なやんでいませんか?
久は、生きていくと、苦しい
ことも、つらいことも、おきます。
そんな時、人に話すと、じか
かるくなることも多いのです。
でも周りの人に話せないよ...そんな
時は、こころやうとこも活用してね。
* 教育相談室(ワンデルフォン)中校門
3F
* 84-8740(そんわびんごう)



ほけんしつ、そう
だんしつにも
お話をきいてね。