

ほけんだより きらら通信

6月号



さいたま市立東宮下小学校保健室
平成30年6月8日 発行

ひがしみやしたしょう

東宮下小

6月1日~29日

歯と口の健康月間



は

くち

けんこうげっかん

こんげつ
今月のほけんもくひょう
は たいせつ
歯を大切にしよう



6月4日はごろあわせ

で「むし」と読めるので、むし歯

予防テーとされていますが、

現在は6月4日~10日が「歯と口

の健康週間」になっています。

東宮下小では、6月を歯と口の

健康月間として、いつも以上に歯と

口の健康を守ることを意識して

ほしいと思います。

みなさんが歯と口の健康を自分で守れるように、
今年もさまざまな取り組みを行います

- ①東宮下小歯と口の健康づくり 標語コンクール作品クラス掲示
- ②歯みがきカレンダー(6/2(土)~8(金))
- ③カラーテスト →1・2年生となかよしは歯科保健指導中におこないます。
→3~6年生は6/2(土)~8(金)に各家庭でおこないます。
- ④歯科保健指導 →1年生・なかよしは6/2(土) 学校公開日におこないました。
- ⑤第75回全国小学生歯みがき大会(大会DVD視聴による参加)
→6/7(木) 5校時、5年生が学校を代表して参加しました。
- ⑥健康委員会による『歯と口のけんこう集会』
→6/12(火) 児童朝会時におこないます。

今年で75回目になる歯

みがき大会に応募をして、

対象の5年生が参加しました。

昔は東京の会場に行かなく

てはいけなかったのですが、

DVDでの参加ができる

ようになり、日本だけで

なく世界の小学生も

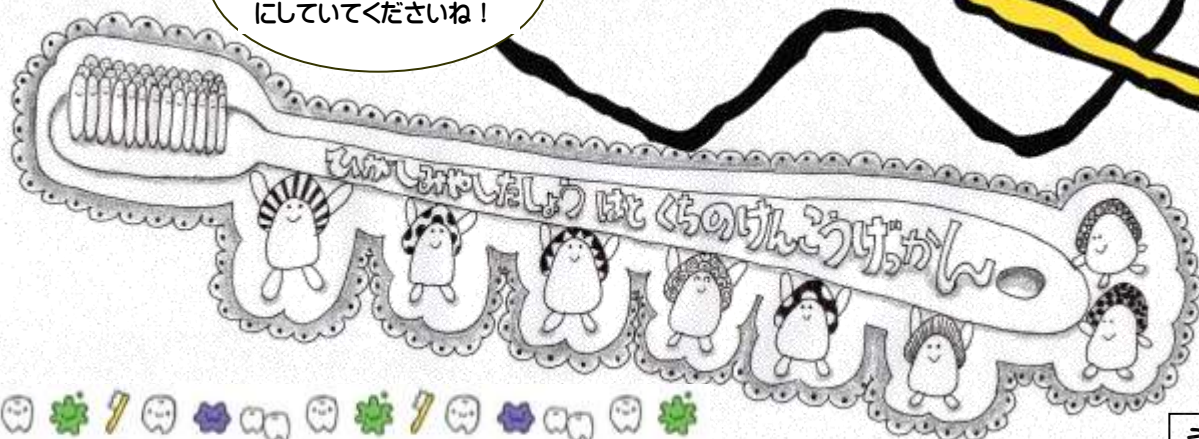
参加しています。

健康委員ががんばって

練習しています。楽しみ

にしてくださいね!

しっかり
とりくみ
ましよう!





まちがいさがし



こたえ: ①ひだりしたのか②タオルのたかさ
 ③おんほのこのがくのスのむき
 ④おとこのこのはねているかみのはがさ
 ⑤おとこのこのわきのハイドロソープのいち
 ⑥みそはじのせんざんのはたのせんたくきのボタン



まだまだ暑さに不慣れです 熱中症に注意しましょう

梅雨に入りましたが、ムシムシとする日や、晴れている時は 30度をこえる日もあります。こんな夏のはじまりの時期は、まだ体が暑さに慣れていなくて、熱中症にかかる人が増える時期でもあります。熱中症は、くらくらする、汗が止まらない、頭痛、吐き気、体のだるさ、体に力が入らない...といった症状です。そういう時はすぐに日かげや涼しいところで水分をとって休養しましょう。可能ならば塩分タブレットなどを補給しましょう。学校では給食が塩分補給になります。しっかり食べましょう。



ほけんしつから



このところ、相手のことを考えずに言ったことでトラブルやけんかになってけがをしたり、授業に行けないくらい元気をなくしてしまって保健室に来る人がいて心配しています。

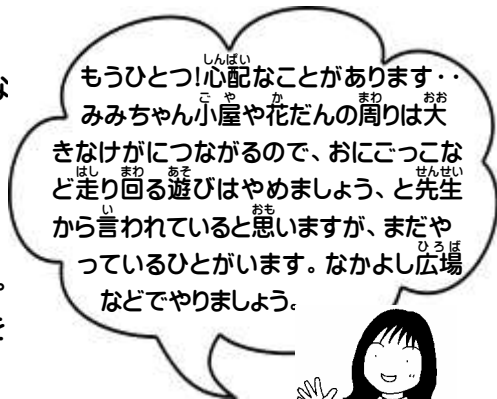
先日の講話朝会で校長先生と矢部先生がいじめについてお話されました。相手に言われても大丈夫な言葉、いやな言葉、同じ言葉でも言い方でいやだなと感じる言葉...へつちやらで気にしない!と思える心の器の大きさ...大勢の仲間たちとなかよく、トラブルなく過ごすことはこれらのことも考えていくことがたいせつです。相手がいやだと感じたらいじめになってしまうのです。

東宮下小のだれも、いじめる側・いじめられる側になってほしくないと思います。つい...ということはだれにだってあります。失敗してしまつたら、次から気をつけることで、けがや友達などのトラブルが減り、みなさんが大きな体のけがや心に傷がつくことをしたり、されることがない人になることを願っています。

こんげつのほっこりこぼなし

保健室でお休みしていた子が教室に戻るとき、何も言わなかったのですが、使ったタオルケットがきちんとたたんでありました。そのたたみ方がすばらしく、感動するほど。ふと見るとうわばきもきちんとそろえてありました。他の子もたたんでくれたり、そろえたりする子はたくさんいますが、保健の先生歴〇十年でナンバーワンでした。みんなも保健室でお休みしたときはよろしくね。

(さかぐち)





感染症について