

ほけんだより



2021. 6. 4 / 上宇部小保健室

今年は例年以上に早い梅雨入りとなりました。

晴れ間を見つけて元気に遊んでいる人が多いですね。

これから急に暑くなると熱中症になる危険性があります。

感染症対策と熱中症対策をじゅうぶんにしながら過ごしましょう！！



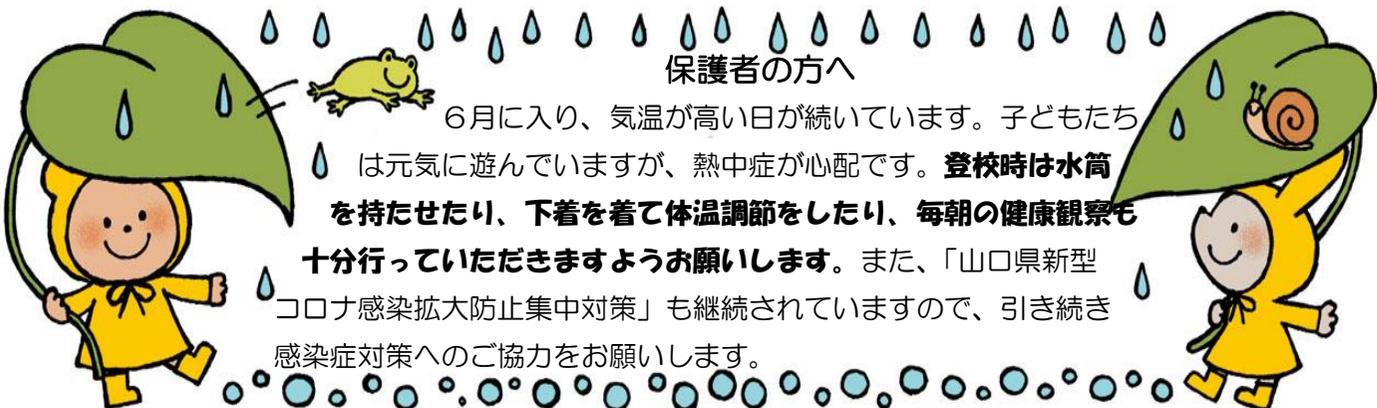
こまめな手洗いできていますか？

感染症予防や食中毒予防に手洗いをしてい
と思いが、正しい手洗
いをしないと、汚れや菌を
落とすことはできません。
洗い残しの多い部分を特
に意識して手を洗いまし
ょう！



保護者の方へ

6月に入り、気温が高い日が続いています。子どもたちは元気に遊んでいますが、熱中症が心配です。登校時は水筒を持たせたり、下着を着て体温調節をしたり、毎朝の健康観察も十分行っていただきますようお願いいたします。また、「山口県新型コロナウイルス感染拡大防止集中対策」も継続されていますので、引き続き感染症対策へのご協力をお願いいたします。



6月4日から10日は 歯と口の健康週間

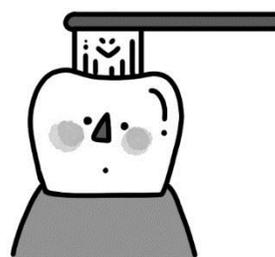
きちんと「歯」みがけていますか？

口の中を清潔にしておくことは、むし歯や歯肉炎を防ぐだけでなく、感染症などの病気の予防につながります。

日頃の歯みがきはじょうずにできていたか、振り返ってみましょう。

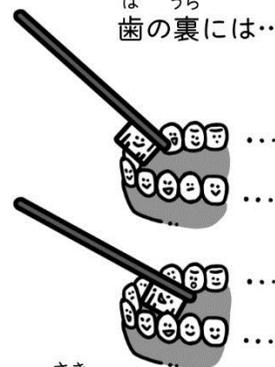
歯ブラシのさまざまな部分でみがこう

かみ合わせの部分には…



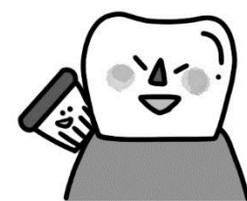
毛先の全体をあてる！

歯の裏には…



「つま先」や「かかと」をあてる！

歯と歯肉のさかい目には…



毛先をななめにあてる！

★保健委員会で「はみがきカード」を作りました。

6月4日から10日まで毎日朝と夜、歯みがきができれば色をぬりましょう！



熱中症に要注意！

しっかりと水分をとろう
毎日、すいとうを
もってきましょう！



しっかりと朝ごはんを
食べてきましょう！
体が元気に動きます。

はやくねて
しっかりとすいみんを
とりましょう！

