

ほけんだより 6月

れいわ ねん がついつか
令和3年6月5日

あいちけんりつおかさきろうがっこう
愛知県立岡崎聾学校



とうかいち ほう しゅうかん はや つ ゆ い
東海地方は3週間も早い梅雨入りをしました。じめじめと暑い日があったり、肌寒かったりと調整が難しいですが、水分をしっかりとって体調管理をしましょう。そして雨の日は廊下がとても滑りやすくなっていて危ないです。ゆっくりと気を付けて歩いてください。



がつ ほけんもくひょう
6月の保健目標

は たいせつ
歯を大切にしよう



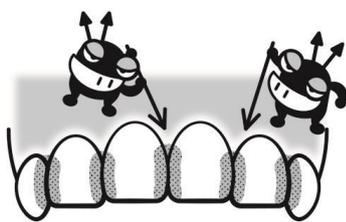
みなさんの歯は今どんな状態ですか？

にゅうし め ひと は へんが ある ひと おとな は
乳歯が抜けている人、生えかけの歯がある人、大人の歯がそろった人...いろいろだと思います。健康な歯でおいしくご飯を食べられるように、毎日の歯みがきを見直してほしいです。

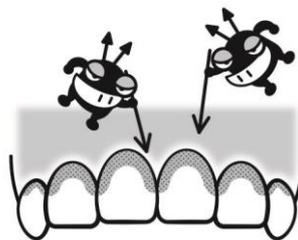


みがき残しが多く、注意してみがきたいところ

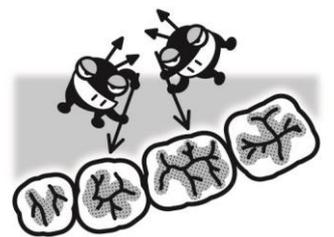
は は あいだ
歯と歯の間



は は さかいめ
歯と歯ぐきの境目



おくば
奥歯のみぞ



むしば 虫歯にならないための歯みがきポイント

- 1 えんぴつもち
- 2 けさき ひろ ていと かる ちから
毛先が広がらない程度の軽い力で
- 3 ほん こきざ
1本ずつ小刻みにみがく



< ねっちゅうしょう よほう 熱中症を予防しよう >

マスクをしての生活は、熱がこもりやすく、今まで以上に熱中症の心配が高まります。

十分な水分がとれるよう、毎日忘れずに水筒を持てきましょう。

もうすぐ夏本番

暑さに慣れておこう!

今のうちから暑さに慣れておくことが、夏本番も元気でいられるカギ。熱中症にも負けない体づくりをしましょう。

(暑さに慣れるには…)

- 1 毎日ひと汗かくくらいの運動をする
- 2 冷房は控えめにする



さらに! 生活習慣を整えることで熱中症の予防になります。



朝ご飯を
しっかり食べる!



早く寝る!

☆☆☆☆☆☆☆☆ おうちの方へ ☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

いつも保健活動に御理解と御協力いただき、ありがとうございます。緊急事態宣言発出等に伴い、検診の日程が変更になりました。御迷惑をおかけしております。よろしくお願いいたします。

- 内科検診(幼): 6月 9日(水) 13:30~
- 耳鼻科検診 : 6月 21日(月) 13:10~
- その他6月の検診予定
 - 6月 8日(火) 尿検査(二次)
 - 10日(木) 歯科検診(全員)
 - フッ素塗布(幼小希望者)
 - 17日(木) 尿検査(二次予備日)



健康診断の結果、検査・治療等の必要があるお子さんには受診のお知らせをお渡ししました。6月の検診についても同様に結果をお知らせしていきます。学校医またはかかりつけ医の診察を受け、結果を学校までお知らせください。