



## ◆暑さから頭を守ろう

「雨傘は持っているけど日傘は持っていない」という人も多いのではないのでしょうか…  
 日差し(紫外線)のカット率を見てみると⇒日傘が★100%に対し、雨傘(ビニール傘以外)でも★85~95%あります。通気性の問題などで日傘が一番ですが、雨傘でも十分な効果はあります。暑さでダメージを受けやすい「頭(脳)」を帽子や日傘などで守ることは、熱中症予防に大変効果的なので、活用してみましょう!



## ◆クーラー病に気をつけて

気持ちよく勉強ができるように、学校では冷房が入っています。  
 暑いという人もいれば寒いという人もいてそれぞれ感じ方は違います。



冷房で体が冷えすぎるとこんな症状が…

おなかのいたい

あたまのいたい

きもちがわるい

しんどい

予防のために…

★いつもTシャツの下に肌着を着よう!!

(寒いときは保温になり、暑いときは汗をすいとして体の表面の温度をさげる手伝いをします。)

★体調が悪いときや、寒いと感じるときは、上に着る服を持ってこよう。

★袖の無い服は体が冷えやすいので控えよう。

★汗をふくタオルやハンカチ、必要であれば着替えのシャツを持ってこよう。

(汗をそのままにして冷房中の教室に入ると、風邪をひく原因になります。)



## ◆夏休みは治療のチャンス!!

1学期の健康診断が終わりました。右の表は、むし歯があった人の数です。受診報告書を受け取ったらシールをはっていきます。むし歯はほおっておいても治りません。夏休みのうちに歯医者さんへ行って、みんなで“キレイな歯のクラス”をめざしましょう!!

保健室前にはってあるので見てね →

『歯科受診報告書』提出状況!!

むし歯があった人の数です。『歯科受診報告書』を受け取ったらシールをはっていきます。みんなで“キレイな歯のクラス”をめざしましょう!!

クラス	1人	2人	3人	4人	5人	6人	7人	8人	9人	10人	11人
1年1組	◎	◎	◎	◎							
2年1組	◎	◎	◎	◎	◎						
2年2組	◎	◎	◎	◎	◎	◎					
3年1組	◎	◎	◎	◎	◎	◎					
3年2組	◎	◎	◎	◎	◎	◎					
4年1組	◎	◎	◎	◎	◎	◎					
4年2組	◎	◎	◎	◎	◎	◎					
5年1組	◎	◎	◎	◎	◎	◎					
5年2組	◎	◎	◎	◎	◎	◎					
6年1組											



保護者の方へ



## ◎歯の保健巡回指導を終えて

鏡など、必要な物を準備していただきありがとうございました。当日は歯科校医の吉備先生も参観に来られ、熱心に聞く児童の様子も見ていただきました。給食後の歯みがき用に、歯みがきセットの準備も引き続きよろしく願いいたします。



# ～歯科衛生士の学生さんが教えてくれました～

6月3日(火)に、大原学園大阪歯科衛生学院専門学校の学生さんが

1・2年生には、「第一大臼歯とむし歯」

3・4年生には、「歯の交換期とむし歯」

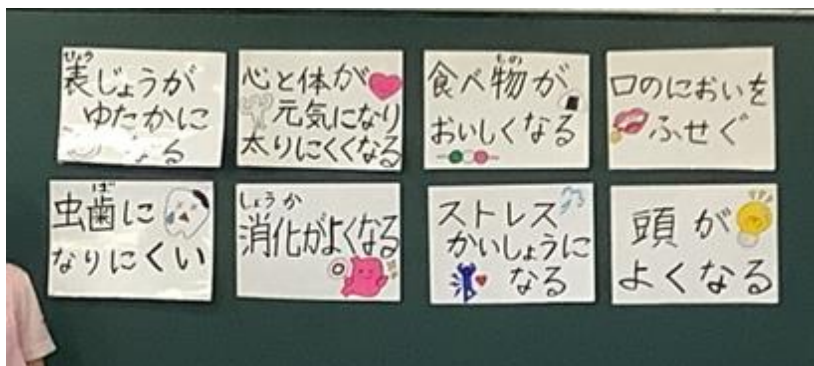
5・6年生には、「むし歯と歯肉炎」

というテーマで、歯のお話や、歯のみがき方などを教えにきてくれました。

名探偵コナンや、ドラえもんなど、キャラクターのペープサートを使ってわかりやすくお話ししてくれましたね。



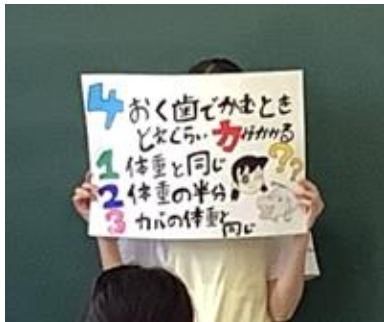
「良く噛む」ことについて教えてもらった学年もありました。



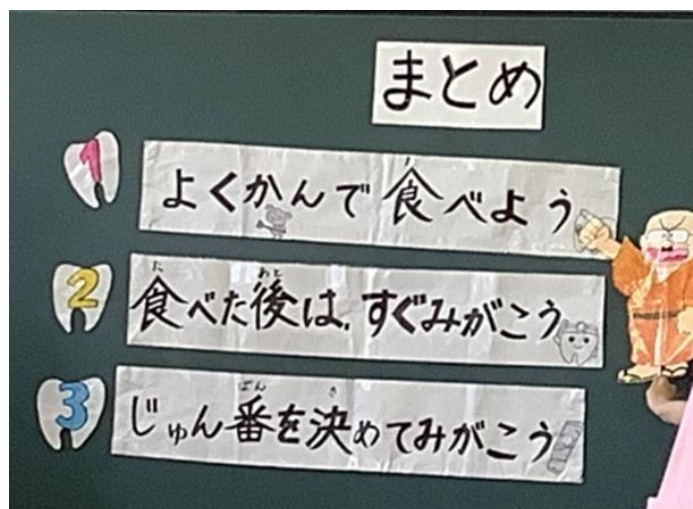
デンタルフロスの使い方つかかたを教おしえてもらった時に、中なかには「家いえで使つかってる!」という人ひともいました。  
歯はブラシの持もち方かたを聞きいて、「そそうややって持もつんや〜」という声こゑがああったり、歯はのみがき方かたは、  
「シャカシャカシャカ」と一いっしょ緒しょにいていいねいにみみがいていました。



クイズもいろいろありましたが、おぼえていますか？



お話の最後はなしのさいごに、『ままとめ』をした学がくねん年ねんもありましたので紹しょうかい介かいします。



まずは給食きゅうしょくのああとの「歯はみがき」ですが、やる人ひとが増よえたと聞ききました。すばらしいことですね。  
今こん回かい教おしえてもらったことを思おもい出だして、口くちの健けん康こうに気きをつけた生せい活かつをおおくるようにしまししょう。