

ほけんだより 6月号

令和6年5月31日
新宿区立落合第四小学校
校長 中里 満晴
養護教諭 白山 里恵

あじさいの英語名は「ハイドランジア」、水の器という意味で、たっぷりの水を蓄えていることが由来だそうです。しかし、大きな葉っぱがたくさんあるので、乾いてしまうと元気がなくなります。だから、あじさいは雨の時期にうれしそうに咲くのですね。雨が降り続けると気持ちが下を向いてしまいがちですが、植物にとっては大切な栄養です。元気に乗りきりましょう。

【6月の保健行事予定】

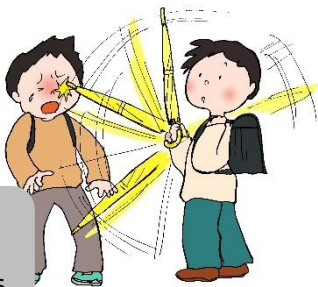
日にち	内容	対象	注意事項
4日(火)	内科検診	1・2・3年生	・体をきれいに洗ってきましょう。 ・検査は体育着で行います。
20日(木)	歯科講話	3年生	【持ち物】 ① 歯ブラシ ② 手鏡 ③ 口拭きタオル ④ 赤えんぴつ ※ 汚れてもよい服を着てきましょう
 6月30日までに全ての健康診断が終了します。 結果をよく見て、自分の体の健康状態を確認しましょう。			

雨の日は要注意！！

傘の使い方は正しいですか？



傘を振りまわすと危険です。
先端が人に当たらないように持ちましょう。



傘を開くときは、まわりに人がいないか確認してから開けましょう。

廊下や階段は歩いていますか？



雨の日は湿度が高く、床が滑りやすいです。
廊下や階段は右側を歩きましょう。
ピロティや校庭も滑りやすいです。
雨上がりの遊び方にも注意しましょう。

雨の日はくつ下が濡れてしまうこともあるでしょう。
替えのくつ下を持っておくと安心ですね。

今月の保健目標

歯をていねいに磨こう

歯みがきの基本 分かるかな？！

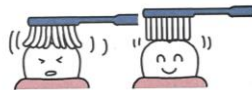
歯のみがき方、正しいのは？

- ① 歯ブラシを小刻みに動かす。
- ② 歯ブラシを大きく動かす。



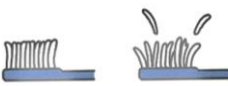
Q2 磨くときの力の強さは？

- ① できるだけ強く。
- ② 力を抜いて軽く。



Q3 歯ブラシはいつ交換する？

- ① 毛先が開いてきたとき
- ② 毛が抜けてきたとき



Q4 歯みがき粉はどのくらいつける？

- ① 毛先の幅いっぱい
- ② 毛先の3分の1くらい

