



2021年6月
南第二小学校
ほけんしつ

梅雨の季節になりました。じめじめした暑い日が多くなり、天気が変わりやすく、気温の変化がはげしい時期でもあります。この時期はとくに体調管理が大切になってきます。汗をかいたり、雨にぬれたときはタオルでふく、肌寒く感じたら上着を着るなどして、工夫しましょうね。

6月の保健目標：けがをへらして安全にすごそう

保健委員会の活動で、毎月の保健目標を決めました。二小のみなさんが元気で安全に学校生活を送ることができるように保健委員会がお手伝いをします。ほけんだよりにも毎月の保健目標をのせていくので、みなさんも目標を達成できるように心がけてみてくださいね。

雨の日こんなことに気をつけよう！

かさがあぶない

かさを持ったとき、ふったりしていませんか？
かさは友だちを傷つける武器になることがあります。持ち方に注意しましょう。



すべってころぶ

ろうか（雨）は走っていませんか？
雨の日はとくにすべりやすく、ころんで大きなけがにつながります。日ごろからろう下（靴）は歩きましょう。



じびかけんしん 耳鼻科検診があります

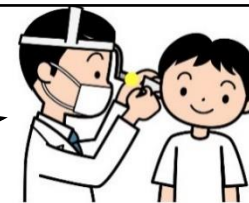
1年生は全員、その他の学年は耳鼻科検診問診票の内容により抽出した人だけ受けます。（通院中の人は、今回は受けません。）

日程 6月9日

- 耳鼻科検診では、耳や鼻、のどに病気がないかを調べます。
- 検診の当日は髪の長い人は、ゴムで結んで耳が出るようにしておきましょう。

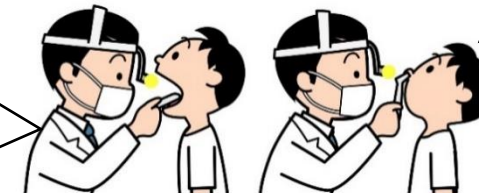
耳鼻科検診でみてもらうところ

耳鏡という器具で耳の中を診てもらいます。横を向きます。



鼻鏡という器具で鼻の中を診てもらいます。前を向きます。

舌圧子という器具でのどを診てもらいます。口を大きく開けてください。

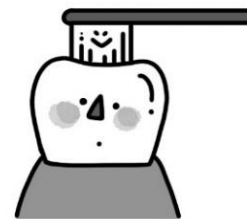


6月4日～10日は歯の衛生週間

みなさんは毎日しっかりと歯をみがけていますか？
みがけていると思っても、実は全然みがけていないということもあります。もう一度、歯のみがき方を見直してみましょう！

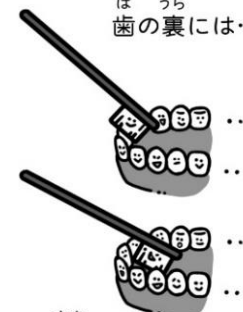
歯ブラシのさまざまな部分でみがこう

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！

