

学校教育目標
6月の保健目標

【すすんでやります！成美の子 ~自分でみんなでもっともっと~】
【自分の歯を大切にしよう】

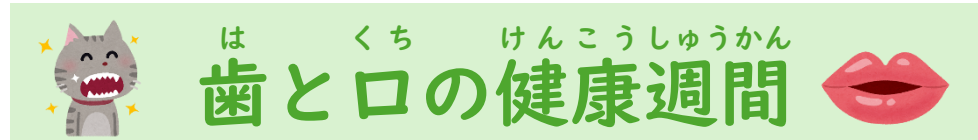
ほけんだより6月号



令和8年6月発行 保健室

梅雨の季節になり、雨やくもりの日が続きそうですね。湿度が高くなり、じめじめと蒸し暑かったり、気温の変化が大きかったり体調を崩しやすい時期です。生活リズムを整え、夏に向けて、早めの熱中症対策を心がけましょう。

6月4日(木)~10日(水)は



Q1 【歯ブラシを変えるのは
1年に1回がよい。】
○か×どちらでしょう？



A. ×



ブラシの毛先が開くと、汚れをきちんと落とせません。ハブラシは1か月に1本を目安に交換することがオススメされています。

Q2 【正しい歯のみがき方は
力強くみがいたほうがよい。】
○か×どちらでしょう？



A. ×



歯の正しいみがき方は、やさしい力で小さきみにみがくことです。歯と歯の間、歯と歯ぐきの間をていねいにみがくとキレイになります。

★水泳の授業が始まります★

6月19日(金)から水泳元気ががんばろうカードの記入がスタートします。未提出や記入漏れの場合は、プールに入ることができません。また、忘れた場合は、学校から家庭には連絡しません。元気に水泳の授業に参加できるよう生活習慣を整え、健康管理をきちんと行いましょう。