

関岡小学校保健だより

いのち

～いきいき・のびのび・ちからいっぱい～

平成24年6月27日

文責 穴沢友美



み…みがき残しがあ!!(>A<)/

6月16日(土)に歯科衛生士の角田智子さんをお迎えし、1・2年生と“わたしの歯”について学習しました。5校時目に実施したので、『お弁当の後の歯みがき』+『授業の中で3分間の歯みがき』と2回の歯みがきの後に染め出し液をつかったの“染め出し”を行ったのですが・・・そこには衝撃的な結果が!!! 染め出しの前に2回歯みがきをしているから、あまり赤くならなくて、染め出しの効果が感じられないかな?と心配していたのですが・・・1・2年生みんなの歯が真っ赤に染まったのです!! 子どもたちも驚いたようでしたが、私は衝撃的でした。

授業の後半では、角田先生から歯ブラシの当て方を教えていただき、今度は歯みがき体操の音楽に合わせ、染め出し液で赤く染まった場所を、歯ブラシの当て方を意識してもう一度歯みがきをしました。すこーし意識しただけで、赤く染まった歯がきれいになっていきました。1年生くらいから始まる永久歯への生えかわり期間には、歯並びが揃わず、みがき残しが多くなり、むし歯につながりやすくなります。おうちでも、時間があるときにお子さんのお口の中をチェックしていただけると、嬉しいです。

～1・2年生の保護者の皆様～

授業へのご参加、ワークシートへのコメントにご協力いただきありがとうございました。

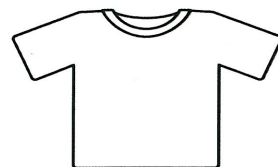


↑きちんとみがけたよ!!



～運動着について～

梅雨の時期でも、外で元気いっぱい活動したり、体育館で思いっきり体を動かしたりしている子どもたちは、たくさん汗をかいています。週の中日にも運動着を持ち帰り、快適に過ごしてほしいと考えています。洗濯をして、乾かなかった場合には、白いTシャツなどで代用することも可能です。



子どもが1日にかく
汗の量は
牛乳瓶2.5本分!!



* 水泳学習が始まりました *

6月7日にプール開きを行い、水泳学習が始まっています。子どもたちが楽しく安全に学習できるように、プールに入る日や前日にはご家庭でも健康観察をお願いいたします。

事故を防ぐために、朝食を食べてこなかった児童は入水をさせない約束になっています。

☐ 体の調子

睡眠は足りていますか? 朝ごはんは食べましたか?
熱はないですか? 下痢はしていませんか?

☐ 体の清潔

お風呂に入りましたか? 爪は伸びていませんか? 耳掃除をしましたか?
か? 化膿している(膿んでいる)切り傷やすり傷はないですか?



梅雨の時期を元気に過ごすために

雨の日が続く、ジメジメと湿気の多い時期になります。傘で視界が悪くなり、湿気で廊下も滑りやすくなります。子どもたちは外遊びができない日が続くとエネルギーが余ってしまって、思わぬケガや事故が増えるのもこの時期なので、校内で静かに遊べる工夫をしたいと思っています。湿気が多いときには食中毒にも注意が必要です。一年を通して言えることですが、こまめな手洗いを習慣づけましょう。そして、手を洗った後はしっかりと清潔なハンカチやタオルで拭くこともポイントです。

