



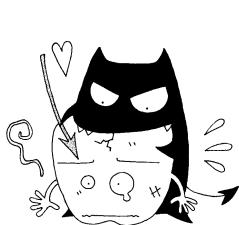
2016年6月  
宇栄原小学校  
保健室

つゆ きせつ はい あめ そと で きょうしつ ろうか はし  
梅雨の季節に入り、雨の日が続くと外に出られず、教室や廊下を走ったりしていませんか？

ともだち かいだん お きけん きょうしつ ろうか たでの  
友達とぶつかったり、階段からすべり落ちるなど・・・。とても危険です。教室・廊下など、建物の

なか はし ぜつたい  
中を走るのは絶対にやめましょう！

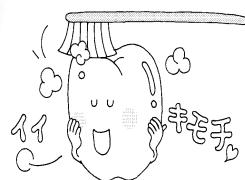
最近「疲労（つかれた）・気分がわるい」と訴えて保健室にくる人が増えました。体調をくずさないように、生活リズムに気をつけましょう。発熱・胃腸炎症状での欠席児童もいます。



# 今月の目標

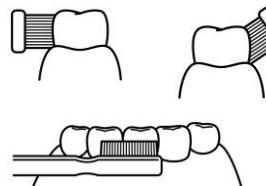
## ☆歯の健康について考えよう。

☆歯のみがき方を知ろう。



# ☆☆歯のみがき方☆☆

●○歯の横をみがくとき○●



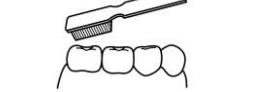
は よこ けさき ちよつかく あ  
歯の横にブラシの毛先を直角に当て、  
こまかくふるわせてみがき  
ちからい ちゅうい  
ます。力の入れすぎ注意！！

●○歯と歯肉のさかい目をみがくとき○●



けさき　は　しにく  
ブラシの毛先を歯と歯肉のすきまに入れる  
ど　かくど  
つもりで45度の角度にあて、こまかくふる  
わせます。

●○奥歯をみがくとき○●



みがきにくいところをとくに  
いしき 意識してブラシの毛先があたる  
けさき  
くふう  
ように工夫しましょう。

まえば うらがわ



まえば うら  
前歯の裏はブラシの毛  
あてたら、かき出すように  
みがきます。

にゅうし 乳歯のむし歯も重大問題	
	かみにくいで、食事がおいしくなくなる。 しょくじ
	えいきゅうし　かたち　は　なら 永久歯の形や歯並びが わる 悪くなる。
	は　えいきゅうし　は 生えてくる永久歯もむし歯 になりやすくなる。
	はつおん 発音がうまくできない。
	くち　なか　きん 口の中に菌がいるので病気 にかかりやすい。

まえばうらがわはかはほん  
前歯の裏側、歯が重なって生えているところがあったら、1本ずつたてにみがいていきます。

# ことしはけっか 今年の歯の検査結果は

①むし歯がなかった人・・・212名 (31.6%)

②治療の済んでいた人・・・143名 (21.3%)

\*第40回 デンタルフェア：平成28年度「歯と口の健康週間」開催

2016年6月5日(日) AM10:00~PM2:30(入場無料)問い合わせ:876-7364  
主な会場:①サンエーメインプレス1階

# 健康診断が実施されます

4月からいろいろな検査・検診が行われましたが、いよいよ最後に総合的な「内科健診」が行われます。スムーズに健診ができるように、一人一人がマナーを守って自分の健康について考える大切な時間にしましょう。

## ★☆医師氏名および学級割り当て☆★

担当医師	検診会場	1日目 6／10（水）	2日目 6／8（木）
おおうらクリニック 大浦 孝 先生 (校医)心臓検診担当	保健室	1の1～1の3	1の4～1の5 2の2 前日の欠席者
耳鼻咽喉科小林クリニック 仲吉 博彦 先生	ひまわり教室	3年 女子	2の3女子 6年 女子
長嶺胃腸科内科外科医院 長嶺 信夫 先生	なかよし教室	4年 女子	2の1女子 5年 女子
てるきな内科胃腸科医院 照喜名 重順 先生	交流ホール (1)	3年 男子	2の1男子 6年 男子
佐久本内科小児科 佐久本 卓哉 先生	交流ホール (2)	4年 男子	2の3男子 5年 男子

### 医師検診では…

聴診器を使って心臓病や心雜音などの病気がないか、呼吸器の病気・肺の感染症などがないか調べます。



### 検診の前の日には…

- お風呂に入り、体を清潔にしましょう。
- 耳の掃除も忘れずにしましょう。
- 体調を整えるために早く寝ましょう。



### お知らせします

咽頭結膜熱（プール熱）

#### 【特徴】

- 感染後5～6日で発症。
- 目やに、涙目、せき、鼻水、発熱。

#### 【注意点】発病した場合は出席停止

登校には医師の診断が必要です。

#### 【予防】

- プール前後のシャワー、うがい、洗眼など。

### 検診の日は…

- 汗をふきとりましょう。ハンカチを持ってきてください。
- 静かに待ちましょう。
- 『お願いします』『ありがとうございます』のあいさつを忘れないでくださいね！