



今月の保健目標  
歯をたいせつにしよう！

6月16日～24日の  
うち1回、仕上げみがきで口の中を見てもらおう！



### 健康週間

5月にあった歯科検診の結果はどうでしたか？

6月4日～10日は、「歯と口の健康週間」です。

そこで6月は、歯と口を健康にするために、いろいろな活動に取り組みます。

ぜひ、帰ってからも、歯みがきやかむことなどについて、家の人と話してみましよう。

### 雨が降ると世界が変わる

雨の季節になりました。

普段歩きなれた通学路でも、雨が降ると…

視界が悪くなり、周りが見えにくくなる

音が聞こえにくくなる

などの影響で、事故が起きやすくなります。

通りなれた道でも違う世界になってしまう

ので注意が必要です。

### 注意すること

目立つ色の傘や服を選ぶ

車を運転している人から見てわかりやすい

自転車の傘さしは禁止

片手運転になったり風にあおられたりする

足元に注意



マンホールのフタなどは濡れるとすべりやすい

雨がやんだら  
たたんだ傘の持ち方にも注意を

### プールの準備はOK?

水泳学習が始まります。

暑い夏、プールに入るのが楽しみな人も多いはず。

でも、プールに入る前には、体の準備をしておかないと、急事故やケガがおきてしまいます。



水泳学習の日は、毎日チェックしてね。  
必要な人は、早めに病院で見てもらおう。

- ぐっすりねむれましたか？
- 熱やおなかの痛みはありませんか？
- 顔色はいつも通りですか？
- 朝ごはんは食べてきましたか？
- ジュクジュクした傷はないですか？
- 目・はな・のど・耳の病気はありませんか？

### ★今月の健康クイズ★

#### 問題

歯や口のことでするのは、つぎのうちどれでしょう？

- 歯みがきは朝だけすればよい。
- 歯みがきは、かぜのよぼうになる。
- 元気な歯ぐきは、ブヨブヨしている。

正解は、保健室前にあります！