

ほけんだより 6月

下東条小学校
ほけんしつ
2021. 6. 1

梅雨の時期がやってきました。雨の日が多くなり、外で遊べる時間が少なくなってきます。休み時間を校舎の中で過ごすことが増えると思います。雨の日は床が濡れていてとても危険です。廊下や階段、教室などで、あばれたり走ったりせずに安全に過ごしましょう。また、教室で



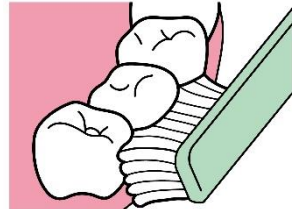
過ごす時には、**①換気** **②人との距離** **③マスク** などに気をつけましょう。

身だしなみや体調を整えて、元気にすごせるようにしましょう。

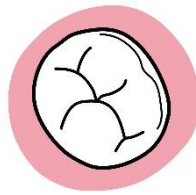
みがきのこし 0 をめざそう☆



歯と歯ぐきのあいだ



おく歯のうしろ



おく歯のかみあわせ



歯と歯のあいだ



まえ歯のうらがわ

みがきのこしが多いところに注意して、朝、昼、夜しっかりとみがきをしましょう。保健室前に、歯のみがきかたについてお知らせをしているので、ぜひ見に来てください。

「ひとくち30回」よくかんで食べよう!

よくかんで食べると体にいいことがたくさんあります。

ふとりすぎるのを
予防する

あじがよくわかる

言葉のはつおんが
はっきりする

のうのはたらきが
活発になる

歯のびょうきを
予防する

がんの予防

胃や腸のはたらきを
よくする

全身の体力アップ

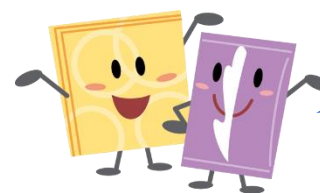
じめじめした梅雨も健康ですぐすために

カラダや衣服を清潔に

熱中症に気をつけて

食中毒に注意

ケガや事故を防ごう



手洗いチェックのお知らせ☆

6月7日から6月18日まで

保健・給食委員会による、手洗いチェックがあります。

ハンカチを忘れずに持ってきてましょう。