

ほけんたいより 6月

尾道市立向東小学校 平成30年6月4日(月)



6月になりました。中国地方も梅雨入りが近づいています。この時期には、雨がたくさん降り、じめじめと湿度の高い日が続きます。日差しは少なくとも、熱中症には注意が必要です。こまめに水分補給をしましょう。そして、日ごろから、「よく食べる・よく寝る」を心がけて、体の調子を整えておきましょう！

6月の予定

6月1日(金)	内科検診	3年
6日(水)	内科検診	2年
7日(木)	歯科健診	2・4・6年
8日(金)	内科検診	1年
14日(木)	歯科健診	1・3・5年
18日(月)	内科検診	6年
20日(水)		5年
22日(金)		4年

4・5・6年生の女子のみなさん

内科検診に**フール用タオル**が必要です。忘れずにもってきましょう！

健康診断



まだまだ続きます

6月7日(木)・14日(木)に歯科健診があります。毎日ていねいに歯みがきができていますか？歯科健診は給食のあとです。朝の歯みがきだけでなく、お昼の歯みがきもていねいにして、歯科の先生にみていただきましょう。「お願いします・ありがとうございました」のあいさつも忘れずに！

健康診断の結果を

お知らせします

現在、次のお知らせを配布しております。該当者にのみお知らせしておりますので、ご確認ください。

○視力検査結果のお知らせ(クリーム色)

検査の結果、B(0.7~0.9)以下の人にお知らせしています。

○聴力検査結果のお知らせ(緑色)

検査の結果、聞こえにくさがあった人にお知らせしています。

○眼科健診結果のお知らせ(水色)

眼科健診の結果、受診の必要がある人にお知らせしています。

○耳鼻科健診結果のお知らせ(ピンク色)

耳鼻科健診の結果、受診の必要がある人にお知らせしています。

○尿検査結果のお知らせ

尿検査2次の結果、受診の必要がある人にお知らせしています。

○色覚検査結果のお知らせ

色覚検査(希望者のみ)の結果、受診の必要がある人にお知らせしています。



6月4日~10日は 歯と口の健康週間 です。

ていねいにみがいて、きれいな歯をめざそう！



歯ブラシ選び



小さめの歯ブラシを選ぶ

毛先がひろがっていたら替えましょう

歯みがき粉のつけ方



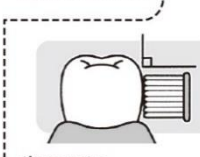
歯ブラシの2分の1くらいでオッケー

歯ブラシの持ち方



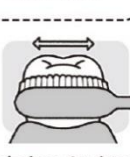
えびつを持つように軽く

毛先の当て方



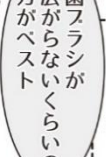
歯の面にまっすぐあてます

動かし方



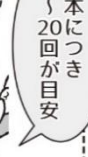
力を入れずにこちょこちょと細かく

みがく時には



力が広がりやすいくらいに1本1本ていねいに

101本につき



20回が目安

みがき終わったら



ツルツルになったか舌で確かめよう

