



おうちの人と読みましょう。

蓮田市立黒浜北小学校 保健室

6月になり、梅雨の季節となりました。雨が続くこの時期では、室内でのけがが多くなります。けがのないよう安全に過ごしましょう。

そして、もうすぐプールが始まりますね。楽しみにしていた人も多いのではないのでしょうか。暑い日も多くなってきているため、こまめに水分を取り、朝ごはんをしっかりと食べて体調を整えましょう。

## 6月の予定

【6月20日（木）：歯科健診】

\*歯科健診において、歯と口の健康に関する保健調査を配付しています。

## プールが

泳ぐ前に

始まります

泳いでいる時

前日はしっかり寝る



朝ごはんをきちんと食べる



朝、健康観察をする



手足の爪を短く切る



準備体操をする

プールサイドは走らない

具合が悪くなったらすぐに先生に言う

先生の話をよく聞く



飛び込みはしない

タオルの貸し借りはしない



6月4日～10日は

歯と口の健康週間



# 歯科指導始まりました



## 1年生

初めての染め出し頑張りました。  
歯の王様（第一大臼歯）について学び  
鏡を見ながら一生懸命磨くことができました。

## 4年生

かむことの大切さをお話しました。  
染め出しでは、磨き残しの多い所を見つけ、  
1本1本丁寧に磨くことができました。



## 6年生

全国小学生歯みがき大会に参加しました。  
歯みがきだけでなく、デンタルフロスの  
使い方も練習しました。  
両方使って健康な歯を保ちましょう。

