

まいにち

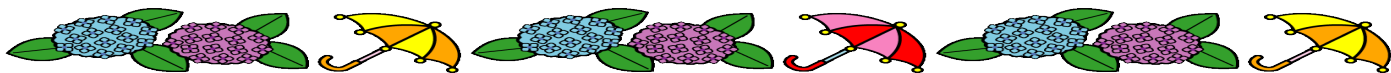
げんきんメダル

6月



宮崎小ほけんだより 平成30年6月1日 第3号

運動会が終わりました。今年は、運動会の練習期間中のけがや体調不良がとても少なかったです。みんなのやる気・パワーが伝わってきました。暑い中でもがんばるみんなの姿、とてもかっこよかったです！さあ、6月に入り、さらに暑く、じめじめとした日が増えてきます。運動会パワーをそのままに、梅雨にも負けず元気にすごしましょう☆



6月4日～10日は



5月10日（木）に歯科検診を行いました。
河野歯科クリニックの河野先生から、みやざきっ子の歯の様子についてアドバイスいただいたことを紹介します。

みやざきっ子のみんなは、むし歯は多くありませんでした。

でも、歯(特に前歯)に汚れがのこっている子がたくさんいました。

朝の歯みがきをもう少ししっかりできるといいなと思います。

歯垢がのこっちゃうのはどこかな？

それは…



歯と歯のあいだ



歯と歯ぐきのあいだ



奥歯のかみあわせ



でこぼこしたところ



せの低い歯

じょうずに
みがくには



20回以上動かそう

- ◆ 1～2本ずつみがこう
- ◆ 毛先をきちんとあてて、小さくチョコチョコ動かそう
- ◆ 毛先が広がらないくらいの力で動かそう
- ◆ 届きにくいところは、歯ブラシをたてにしてみよう
- ◆ 歯ブラシの先やかかとも使おう

プール学習が はじまります

チェック

&

チェック



まえ ひ
前の日までの
準備はOK?

- つめは切っておりますか?
- 耳のそうじをしましたか?
- 目、耳、鼻、ひふの病気は治っていますか?
- 夜は早めに寝ましたか?

きょう げんき
今日は元気に
プールに入れるかな?

- 朝ごはんを食べましたか?
- 健康観察をしましたか?
- * 痛いところはありませんか?
- * 熱はありませんか?
- * 調子の悪いところはありませんか?

かんせん びょうき
感染のおそれのある病気は
プールが始まるまでに治療しましょう。

ちょうし わる むり
調子が悪いときは、無理をせず
早めに休憩するようにしましょう。

アタマジラミにご注意を...

アタマジラミってなに?

かみのけにすみついてあたまのちの血をすって生きているたいちょうのむし
かみの毛にすみついて頭の血をすって生きている体長2~3mmの虫です。
アタマジラミがいると...

あたま
・頭がかゆくなる ・イライラして集中できない ・夜ねむれない

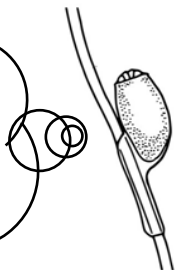
アタマジラミはめずらしくないもので、毎年、多くの学校で見つかっています。

とく からだ
特に体をくっつけて遊ぶ小学生は感染しやすいです。

せいけつ
清潔にしているアタマジラミが髪の毛についてしまうことがあります。

そうきはっけん そうきくじょ
早期発見・早期駆除をしましょう。

くび
首のうしろや耳のうしろ
ろなど髪の毛にフケの
ようなものがみつ
たら要注意!



もしみつかったら...

- * 皮膚科を受診するか、アタマジラミの駆除薬を薬局で購入して退治しましょう。
- * 目の細かいクシでよく髪をすきましょう。
- * 枕カバー、シーツ、タオルなどをこまめにとりかえましょう。

集団感染を防ぐために、アタマジラミが見つかった場合は、
早めに担任または保健室にご連絡ください。
学校でも、タオルを共有したり重たたりしないようにし、感染防止に努めます。