

ほけんだより



2023 播磨南小

今年は例年より早く梅雨に入りました。じめじめと湿気が多くなると、ろう下
がすべりやすくなります。「ろう下は歩こう!」が合い言葉ですね。

6月14日(水)は、プール開きです。体の調子をととのえておきましょう。

6月4日~10日は

歯と口の健康週間

歯ぐきのチェックをしてみよう!

<p>けんこうな 歯ぐき</p> <p>うすいピンク</p>	<p>色</p> <p>赤っぽい</p>	<p>歯肉炎の 歯ぐき</p>
<p>ひきしまつて、ピチピチしている</p>	<p>感触</p> <p>はれていて、ブヨブヨしている</p>	
<p>歯と歯の間にしっかり入りこんでいる</p>	<p>かたち</p> <p>丸く厚みがあって、ふくらんでいる</p>	
<p>出血しない</p>	<p>出血</p> <p>指で押したり歯ブラシが当たったりすると出血する</p>	

歯肉炎とは…歯と歯ぐき(歯肉)との間にたまたま歯こうによって歯肉に炎症が起きた状態

★歯と口についてもっと知りたい方におススメ★

小学生歯みがき研究サイト「歯みがきKids」

<https://www.lion-dent-health.or.jp/hamigakids/>



楽しいクイズもあるよ。
おうちのひととやってみてね。

6月の保健行事

6月 8日(木) 歯科健診4・5・6年

6月 9日(金) 健康検査(2次) 対象者のみ プール前健康相談 (希望者のみ)

プールのじゅんび できていますか?

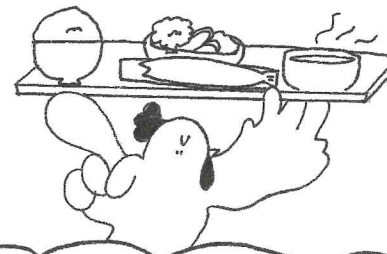
水着やタオルの用意だけでなく、
楽しく安全にプールに入ることができる
ように体の準備もしっかりしておきましょう。



- つめを切る
- 髪や体をきれいにしておく
- 目や耳や鼻の病気を治しておく
- 耳そうじしておく

朝ごはんをしっかり食べよう。

前日は、シャボン玉み人をとりにしよう。



体調が悪いとき、いつもとちがうなと感じる時は無理をしないようにしましょう。

健康診断結果について 保護者の方へ

受診結果報告書のご提出ありがとうございます。治療や相談のおすすめ用紙を受け取っていて、受診がまだの方は、かかりつけ医での受診をお願いいたします。受診後は用紙を学校へ提出してください。

なお、すでに受診されていて、ご家庭で経過観察中の場合は、その旨学校までお知らせください。また、学校生活を送る上で、健康面で配慮することがありましたら担任にお知らせください。

歯科健診結果のお知らせについて

要注意乳歯は受診までに抜けてしまっていることがあります。また、歯列・咬合は成長により変化することがあります。ご了承ください。