

ほけんだより 7月

貝塚市立葛城小学校

2012. 7月号

楽しい夏休みもうすぐですね。長い夏休みも、今年は計画停電の心配もありますが熱中症など健康に気をつけて、楽しい夏休みにしてください。そして、登校日には元気に会いましょう



健康診断が終わりました。

今年度の健康診断が6月25日に行われたレントゲン検査を最後にすべて終わりました。学校での検査はスクリーニングとって、疑わしければピックアップするというものですので、病院での結果と違うこともあります。夏休みを利用していかれることをおすすめします。

は 歯がきつづけていますか？

6月12日に歯科衛生士専門学校の学生さんたちが1年・3年・5年の各クラスに来てくださいました。みなさん、おぼえていますか？



「大切な歯を守る方法」「つばの役割」「一生自分の歯を守るために」というようなお話をパネルや紙芝居などを使って楽しくわかりやすく教えていただきました。

その後、歯のみがき方も教えていただきましたが、うまくみがけましたか？

教えていただいたことを忘れないためには、続けることが大切です。

夏休みには生活向上委員会で作った「歯みがきカレンダー」をつかって、歯をピッカピカに、カレンダーもカラフルにして2学期をむかえましょう。



1学期の保健室



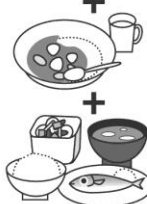
4月8日～7月6日までに、けがや病気などで保健室を利用した人は735人でした。そのうち、病院へ行った人は7人でした。

すりきずで保健室にくるときに、どろを水で洗ってから来る人が多くなってきました。うれしいことです。

少しのきずは水で洗い流すだけで、消毒と同じような効果があります。また、突き指や捻挫もまず、先に水で冷やすことが大切です。水は薬がなくても、自分できるとっても便利ですばらしい応急処置のひとつなのです。

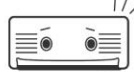
健康に過ごそう！ 夏休み

生活リズムをくずさない
(早寝早起きは基本!)



一日3食、栄養バランスのよい食事を

家の手伝いや適度な運動をしよう



27℃



クーラーや冷たいものは、ひかえめに

熱中症に注意しよう
(帽子をかぶる・水分をとる)



具合のよくないところは治療をすませよう

は 歯の標語の募集

今年も大阪府歯科医師会から歯の標語の募集が来ています。

今年のしめきりは7月20日。賞品もいただけます。みなさんたくさん書いて保健室に持ってきてくださいね。

去年の優秀作品：「きれいな歯 自然とにっこり良い笑顔」

きりとり

ねん くみ なまえ

歯の標語