



ほけんだより

6月の保健目標の 歯を大切にしよう



宮古島市立狩俣小学校 保健室 令和2年6月4日

学校が再開して、3週間が経とうとしています。1年生もすっかりなれたようで、毎日元気いっぱい鬼滅ごっこを楽しんでいます。保護者の皆様、毎日の健康観察シートのご協力ありがとうございます。引き続き、ご協力をお願いします。6月19日からすべての地域から県外客の受け入れがはじまります。感染対策も引き続きご協力よろしくをお願いします。

☆6月の保健行事☆

1日~14日 2週間	歯みがきカレンダーの実施(歯の衛生週間) ご家庭でお家の方のサインもお願いします。 15日に学校へ提出します。ご家庭でのご協力よろしくをお願いします。
11日(木)	内科検診 13:30~体育着着用
25日(木)	スクールカウンセラー来校日(9:00~12:00)
29日(月)	プール開き プールが始まる前に、シラミのチェックもお願いします。

用務のまゆみ先生から、嬉しいお話がありました。外で草むしりをしていたら、「ぼく手伝いたい」と言ってきたそうです。まゆみ先生は、すごく嬉しかったと喜んでいました。自分から進んで「手伝います」って言えるってすてきですね。手伝ってくれたお友達へ「ありがとう」



じゅんび プールの準備をしよう!

- 爪をきりましょう
- 鼻や耳の病気はありませんか?
- 水着・帽子・タオル・ゴーグルに名前は書いていますか?お友達から貸し借りはしません。
- シラミはいませんか?

☆☆今年もお世話になります☆☆

- *学校医.....中村胃腸科内科
中村 献 医師
- *学校歯科医・・岡村歯科
岡村 英人 歯科医師
- *学校薬剤師・・病院前薬局
平良 由紀子 先生

校医さんを紹介しまふ

~歯科検診のお知らせ~

7月30日 9時30分~

朝の歯みがきを忘れずに登校しましょう。
学校歯科医による、歯みがき教室は今年も新型コロナウイルスの影響で中止です。

~歯のみがき方!~

●○歯のよこをみがくとき○●

歯の横にブラシの毛先を直角に当て、こまかくふるわせてみがきます。カの入れすぎには注意!!

○歯と歯肉のさかい目をみがくとき○

ブラシの毛先を歯と歯肉のすきまに入れるつもりで45度の角度にあて、こまかくふるわせます。

○奥歯をみがくとき○

みがきにくいところをとくに意識してブラシの毛先があたるように工夫しましょう。

○前歯のうらをみがくとき○

前歯の裏はブラシの毛先をあてたら、かきだすようにみがきます。歯がかさなって生えているところがあったら、1本ずつたてにみがいていきます。