

7がっ ぼけんだよ!

武里小
保健室
R元 7.1

新しい学年が始まったと思ったら、もう1学期が終わろうとしています。もうすぐ楽しい夏休みがやってきます。

7月7日は七夕ですね。あちこちに飾られた笹飾りの短冊を見ると、いろいろな願い事が書かれていて楽しいものです。

『わかたけっ子のみんなが元気で、安全に、楽しい夏休みをすごせますように!』これが保健室の一番の願いです。

そして、9月には元気いっぱいの笑顔でお会いしましょう。



もうすぐ夏休み! 海、山、プール・・・と、楽しい計画を立てていることと思いますが、ぜひ、その中に『むし歯の治療』を入れてください。できるだけ、夏休みのうちに治してしましましょう。もちろん、1日3回食後の歯みがきも忘れずにしましょう!

楽しい夏休みのために!

- ◎ 休み中も、はやねはやおきをする! (しっかりすいみん)
- ◎ 朝・昼・晩3回のごはんをしっかり食べる!
- ◎ 外にでるときは、ぼうしをかぶる!
- ◎ 汗をかいたら、まめに水分(水・スポーツドリンク)補給をする!
- ◎ 外で元気に遊ぶ!
- ◎ クーラーで部屋を冷やしすぎない!
- ◎ つめたいものや甘いジュースをとりすぎない!
- ◎ 危ない遊びをしない!



今月の保健目標

からだ せいけつ
体を清潔にしよう!

むし歯予防のとりくみをしました!



6年生が6月4日『全国小学生歯みがき大会』へ参加し、むし歯の予防や歯肉炎予防のための歯みがきのしかたや生活のしかたについて勉強しました。そして、歯みがきからつながる未来の夢についてもカードに記入しました。



全学年で歯垢染め出し錠剤を使って、歯みがきテストをしました。自分のみがき残しがよくわかりました!!!



6月から毎週火曜日に『フッ化物洗口』を始めました。給食後の歯みがきの後に、1分間フッ化物液でぶくぶくうがいをしています。