



保健だより



平成24年6月15日

長丘小学校保健室

6月

ころもがえの季節になりました。遊んだあとは汗びっしょりなんて人もいますね。でも雨が降るときゆうに肌寒くなったりすることもあります。ジメジメする梅雨の時期ですが、体調をくずさないようにしましょう。

晴れた日は外でからだを動かそう



6月の保健行事

月日(曜日)	項目	対象者	時間
6月19日(火)	たいじゅうそくてい 体重測定	1・3・2年生	2・3・4時間目
6月20日(水)	体重測定	6・5・4年生	1・2・4時間目
6月27日(水)	しかしどう 歯科指導	1. 2. 3年生	2・3・4時間目
6月28日(木)	しかしどう 歯科指導	4. 6. 5年生	2・3・4時間目

市の田中歯科衛生士さんに、歯の健康や歯のみがき方について学年に合わせて楽しくおしえていただきます。

歯ブラシ・コップ・タオル・つばをはき出す容器を使います。



もうすぐ
プール開き!

耳や目などの病気は
はやめになおしておこう



アタマジラミ
感染に注意。

プールや体育のあと、
タオルやブラシの買い回りはやめておこう。

NG



プール学習がはじまります!

いよいよ、お待ちかねのプール学習がはじまります。楽しく安全に学習できるよう、プールに入る日には次のことに注意してください。

- からだの調子：ずいみんは足りているか、朝ごはんは食べたか、熱はないか、げりをしていないか
- 病気のちりょう：健康診断で目や耳などの病気がみつかった人は、ちゃんとちりょうをすませているか
- からだのせいけつ：お風呂に入っているか、つめがのびていないか、耳そじをしているか

梅雨どきは...

あーっ!!

大好き

心もスツキリ!

けんこうクイズ



A

Q ハチマルニイマルうんどう
8020運動の
ハチマルニイマル
「8020」ってなに？



- ① 80歳でも20歳のころの若さを忘れないということ
- ② 80歳でも自分の歯を20本以上保とうということ
- ③ 80歳では毎日20分間からだをうごかさうということ

B

Q つぎのうち、かむ力が
ちから
つよ どうぶつ
いちばん強い動物は？

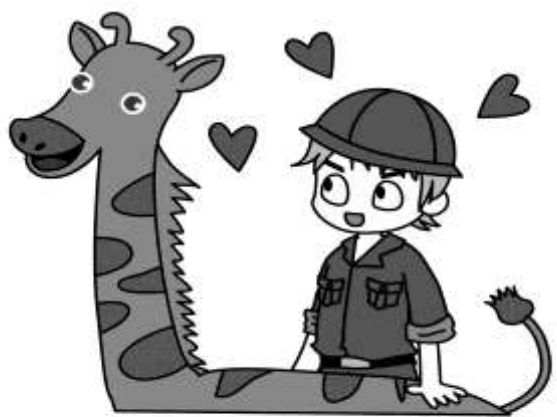


- ① ライオン ② ナイルワニ ③ ホオジロサメ



C

Q にんげん くび ほね
人間の首の骨は
7つだけど、
キリンはいくつ？



- ① 7 ② 14 ③ 21

こたえ
A・・・②
おとなの歯は全部で28本「親知らずがはえると32本」80歳になっても食べ物をよくかんで、元気でいられるように子どものときから歯を大切にしよう。
B・・・②
かむ力はおとなの男の人で60キログラムといわれていますが、ライオンやサメは300キログラム、そしてワニは2000キログラムもあるそうです。すごい力だね。
C・・・①
ほ乳類のなかまはナマケモノとマナティという動物をのぞいてすべて7つだよ。

