

先週は、修学旅行やフレンドシップデーと、各学年で様々な行事が行われましたね。行事に向けて、しっかり準備していたので、どの学年も実りあるものになったと思います。次は、2週間後にひかえている期末テストに向かってがんばりましょう。

歯科検診について

すでにいくつかのクラスで歯科検診が行われました。次回の日程は、次の通りです。

6月18日(木) 9:00～ 柔剣道場

検診を受ける人

- ・ 3年生、1の5～1の8
- ・ 2年生と1の1～1の4の人で、まだ歯科検診を受けていない人

※ 検診を受ける人たちは、当日の朝食後に必ず歯みがきしましょう。

◎歯科検診でつかわれることば

歯科検診のときに、お医者さんがつかうことばです。むし歯があるかどうかわかりますよ。

「CO」(シーオー)	むし歯になりそうな歯
「C」(シー)	治療が必要なむし歯
「O」(マル)	治療してある歯
「GO」(ジーオー)	歯肉炎になりそうな状態
「G」(ジー)	歯肉炎がある
「△」(サンカク)	永久歯(おとなの歯)がなくなった状態
「×」(バツ)	乳歯(こどもの歯)を抜くか相談が必要な歯

むし歯を予防するために、食後は必ず歯みがきしましょう！

※ 給食後など、歯みがきできない場合はうがいをしましょう。

こんな人はむし歯になりにくいです！

- おやつ回数は少ない。
- ジュースより、水やお茶を飲むことが多い。
- 歯ブラシを軽く、小刻みに動かして歯みがきしている。
- 歯ブラシの毛先が開いてきたらすぐに取り替えている。

みがき残しの
多いところに
注意！

歯と歯のあいだ

おくぼ
奥歯のみぞ

しにく
歯肉のさかいめ



水泳の授業が始まります！

6月中旬から水泳の授業が始まります。プールに入ると冷たくて気持ちがよいですが、気を抜くと大きな事故につながります。元気に楽しく授業を受けられるように次のことに気をつけましょう。

- 「早寝・早起き・朝ごはん」を行い、体調を整えておく。
- 長く伸びたつめは切る。
- 登校前に自分の健康観察を行う。（発熱や腹痛、下痢などはないか）
- タオルの貸し借りはしない。（忘れずにタオルを持ってきましょう。）
- 水泳の授業の前後は、シャワーでしっかり体を洗う。
- プールに入る前に、しっかりと準備体操を行う。



熱中症について

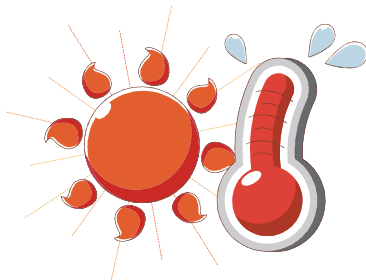
愛知県もいよいよ梅雨入りしました。気温が上がり、湿度が上がると熱中症にかかりやすくなります。梅雨も暑い夏も、元気に過ごせるように、次のことを心がけましょう。

こんな日は注意



気温が高い日

急に暑くなった日



蒸し暑い日

風がない日



熱中症の予防法



水分をこまめにとる。



こまめに休憩する。

朝ごはんを食べる。



帽子をかぶる。

日陰を利用する。

早く寝る。

