

ほけんだより 6月

群馬県立しろがね特別支援学校
保健室

令和3年 6月号

雨の日が多くなる季節になりました。寒かったり蒸し暑かったり、天気や気温が安定しないこともあります。6月1日は衣替えです。半袖の服や風通しの良い下着で調節してみましょう。

また、6月4日はむし歯予防デーです。学校では給食の後に歯みがきを行っています。上手な歯みがきのコツは、ブラシで強くこすることではなく、丁寧に隅々までみがくことです。歯みがきをするときに意識してみましょう。



感染症対策を続けましょう

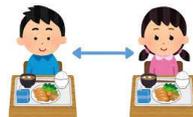
しろがね特別支援学校の約束です



しょうどく、てあらい、マスクして



ころなたいさく しっかりしよう



がんばって、みんなできよりをとりあおう



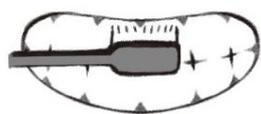
ねること、うんどう、しょくじも だいじ



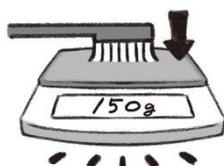


は 歯みがきのポイント3つ

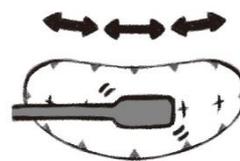
ポイント①毛先の当て方
 歯と歯肉の境目、歯と歯の間
 間にきちんと歯ブラシを当てる。



ポイント②力加減
 150~200g くらいの軽い力でみがく。



ポイント③動かし方
 小刻みに動かして1~2本ずつみがく。



さらなるポイントでむし歯ゼロに！ 歯を守るポイントはほかにも！

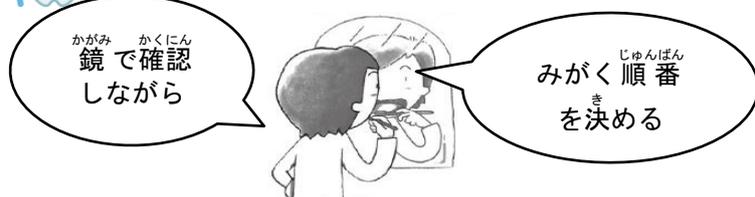
注意してみがきたいところ



ほかにも



自分で考えてみる



それぞれの歯並びに合わせた歯みがきが大切です！

・・・など、工夫してみがいてみよう。

6月の健康診断

・ 貧血検査を欠席した人は、7/8 (木)、7/9 (金) 健康づくり財団で検診です。

日時・対象者	行事	連絡
6/23 (水) 13:30~ 全学年	眼科検診 	メガネ眼鏡がある人は持ってくる。
6/30 (水) 9:30~ 中2女子、高2女子	貧血検査 	採血をして血液を調べます。

☆ 「受診のおすすめ」が届いたら、早めの専門医受診、治療をお願いします。