



令和7年 6月2日
藤小学校保健室
No. 3

★伝染性紅斑(リンゴ病)が流行っています★

5月後半、頬に赤い発疹が出た人が数名いました。1週間前くらいからかぜ症状があったか確認すると、無症状という人がほとんどでした。感染力があるのは発疹出現前の1週間あたりとのことです。発疹期には人への感染力はほとんどないらしく、学校へ登校して大丈夫ですが、体調がすぐれない人は療養してください。その際は出席停止になります。予防法はこまめな手洗いです。

6月の予定

目指せ

むし歯

0

■尿検査二次

3日(火) 4(水) 一次の検査結果による該当者のみ

■歯科健診

5日(木) 9:10 ~ ふじのこ、4、5、6年

12日(木) 9:10 ~ 前回欠席者、1、2、3年生

6月4日~10日は
歯と口の健康週間



- ①歯科健診の結果、歯垢がたくさんついている人がいます。朝のハミガキは、ていねいにみがいてね。
- ②給食の後に歯みがきをしたい人は、歯ブラシをもってきて、自主的にみがけるといいですね。

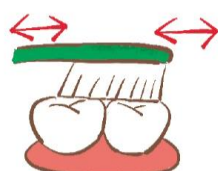
できているかな?

正しい歯のみがき方

せっかく毎日歯みがきをしていても正しいみがき方ができていないと、みがき残しが多くなって口の中でむし菌が増えてしまいます。次の4つを意識してみましょう。



かる ちから
軽い力で
えんぴつ持ち



こきざみに
動かす



は 歯
ブラシの毛先を
歯の面にあてる



かがみ
鏡を見ながらみがいて、
みがき残しをチェックする

保護者及び
児童の皆さんへ
※一緒にお読み
ください

ジメジメした日も熱中症にご用心

熱

中症は気温が高く、太陽が照りつける日に起こるというイメージがあるかも知れません。しかし、ジメジメとした湿度が高い日も熱中症の危険が高まります。

私たちの体は暑いと汗をかきます。この汗が皮膚から蒸発する時に体の熱と一緒に逃がして体温を下げ、熱中症を予防します。

しかし、湿度が高い日は汗が蒸発しにくく、体に熱がこもるため熱中症になりやすいです。6月は暑い日が多くなる上に、梅雨でジメジメする時期。スポーツや屋外活動をする時は、気温だけでなく湿度もチェックし、水分補給や休憩など基本の熱中症対策を徹底してくださいね。

6月は暑い日が多くなる上に、梅雨でジメジメする時期。スポーツや屋外活動をする時は、気温だけでなく湿度もチェックし、水分補給や休憩など基本の熱中症対策を徹底してくださいね。



★6月は食育月間です★

食べた
歯みがき

よく噛んで食べよう



あごの発育

むし歯の予防

肥満の予防

よくかむ
ことの
メリット

むし歯になりにくい人は?



オレはむし菌。
こんな人には
近づきたくないー!



★しっかり
歯みがきをする人



★よく噛んで食べる人



★お菓子を
あまり食べない人