

6月すまいる

東海市立富木島小学校 保健室

令和8年 6月 No.3



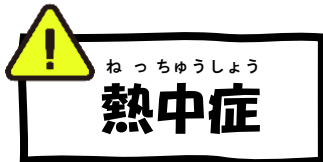
けんこうしんだん さいしゅうよてい

～ 健康診断の最終予定 ～

- 6月3日(水) 10:00～ 内科検診(あおば、1年生)
- 6月4日(木) 13:15～ 歯科検診(2-1、5-1、5-2)
- 6月11日(木) 13:15～ 歯科検診(2-2、5-3、6-1)
- 6月17日(水) 13:15～ 内科検診(6年)
- 6月18日(木) 13:15～ 歯科検診(2-3、6-2、6-3)

～保護者の方へ～

校内で実施する、内科検診・歯科検診を受けることができなかった場合は、保護者の方で校医の病院にて検診を受けていただくことになります。ご協力お願いいたします。



まえ
のどがかわく前に
すいぶん
水分をとろう!

あつ しつど たか かんきょう
暑く湿度が高い環境や、スポーツなどであ
せをかきすぎて水分不足になったり、体温
すいぶん ぶ そく たいおん
が高くなったりして体にさまざまに障害
たか からだ しょうがい
が起こることを熱中症という。

ねっちゅうしょう おくない
熱中症は屋内でもおこる。

しょうじょう
症状

- は け おうと
・吐き気・嘔吐
- ず つう
・頭痛
- めまい
- たいおんじょうしょう
・体温上昇
- しっしん
・しっしん
- ぶ ぶんでき
・部分的なけいれん
- たいりょう あせ
・大量の汗
- て あし
・手足のしびれ
- けつあつていか
・血圧低下
- い しきしょうがい
・意識障害など

ねっちゅうしょう よ ぼう 熱中症予防のために



ぼうしをかぶる



すいぶん えんぶん
水分・塩分をとる



きおん しつど たか かんきょう
気温・湿度の高い環境では

うんどう
運動をひかえる



くび ひ
首などを冷やす

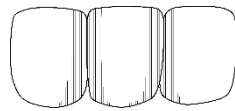
すいとう わす
水筒を忘れずに持ってきてましょう。



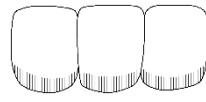
じぶん ともだち ねっちゅうしょう おも ちか せんせい
自分や友達が「熱中症かな」と思ったときは、近くの先生や
おとな し
大人にすぐに知らせましょう。



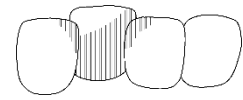
みがき残ししやすい場所はどこでしょう？



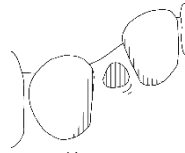
歯と歯の間



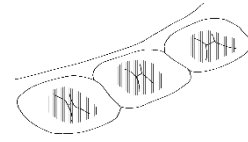
歯と歯ぐきの間



前後にずれている歯

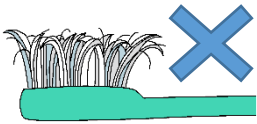
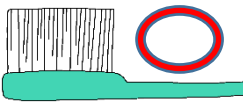


新しく生えている歯とその周り

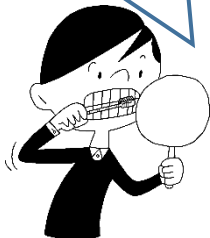


奥歯のかみ合わせの部分

はぶらしチェック
も忘れずに！



かがみをみながら磨く
ときれいに磨けますよ。



みがき方のポイント

奥歯のみぞ



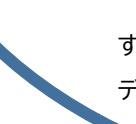
毛先を水平にあてる

歯と歯ぐきの境目



毛先を斜めにあてる

歯と歯の間



すき間に毛先が届くように。
デンタルフロスも使おう



歯並びがデコボコしているところ

縦にして1本1本みがく

保護者の方へ

～朝の健康観察について～

暑さや疲れから体調不良を訴えて保健室に来室する児童が増えています。最近、朝ごはんを食べていない、前日に遅くまで起きていたと訴える児童がいます。熱中症の心配もありますので、朝食や睡眠などの体調管理をお願いします。また、体調が悪い時は、無理をせず早めの休養をお願いします。

～フッ化物洗口について～

フッ化物洗口を6月3日(水)から毎週水曜日に実施します。1年生は、6月3日(水)は水で練習し、6月10日(水)からフッ素溶液で実施します。コップを使用しますので、コップを持たせてください。よろしくお願いします。