

6月すまいる

東海市立富木島小学校 保健室

令和7年 6月 No.3



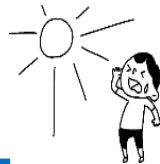
～ 健康診断の最終予定 ～

6/18(水) 内科検診 5年

6/19(木) 歯科検診 1-3、4-2、4-3

～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 と 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
が高くなったりして体にさまざまに障害
が起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。



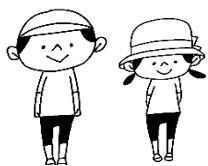
しょうじょう
症 状

は け おう と
・吐き気・嘔吐
・めまい
・しっしん
・大量の汗
・血圧低下



ず っ っ
・頭痛
・体温上昇
・部分的なけいれん
・手足のしびれ
・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 と たか かん
気温・湿度の高い環

きょう うんどう
境では運動をひかえ



くび ひ
首などを冷やす

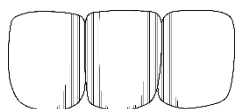
すいとう わす も
水筒を忘れずに持ってきてましょう。



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。



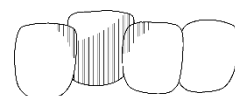
みがき残しやすい場所はどこでしょう？



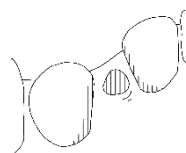
は 歯と歯の間



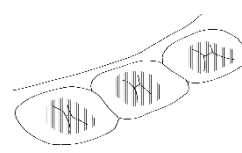
は 歯と歯ぐきの間



ぜんご 前後にずれている歯

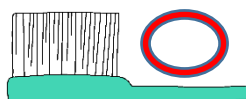


あた 新しく生えている歯とその周り

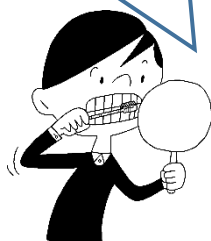


おく 奥歯のかみ合わせの部分

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

おく 奥歯のみぞ



け 毛先を水平にあてる

は 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



は 歯と歯ぐきの境目



け 毛先を斜めにあてる

は 歯並びがデコボコ
しているところ

た 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。また、朝から体調が悪かったと訴える児童も多くいます。頭痛・腹痛・吐き気など体調が悪いときは、家庭でゆっくり休養し、早めの対応をお願いします。

～フッ化物洗口について～

フッ化物洗口を6月4日(水)から毎週水曜日に実施します。1年生は、6月4日(水)は水で練習し、6月11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。