7月のほけんだより

☆お子さまと一緒にお読みください☆　令和５年７月号　柿岡小保健室

気温も高くなり、いよいよ夏本番です。楽しく夏を過ごすために、バランスのいい食事、十分な睡眠をとりましょう。また、こまめな水分補給も忘れずに、暑い夏を元気に乗り切りましょう。

７月の保健目標は、「**病気の予防と治療を心がけよう**」です。６月で全ての健康診断が終わりました。７月中旬に配付される健康手帳で結果のご確認をお願いいたします。ご確認後は、夏休み前までに学校まで健康手帳をお戻しくださいますよう、ご協力よろしくお願いいたします。また、お手数ですが、治療が終わった方は治療結果報告書のご提出をお願いいたします。

全国小学生歯みがき大会に参加しました！

５年生のみなさんと歯と口の学習をしました。歯ブラシだけでは落としきれない歯垢は、デンタルフロスを使って落とせることを学び、歯ブラシと合わせてデンタルフロスの実習も行いました。

かがみで見てみよう。あなたはどっちかな？

	健康な歯ぐき	歯肉炎の歯ぐき
色	ピンク	赤
形	三角	丸く厚(あつ)い
硬(かた)さ	かたい	やわらかい
出血	ない	ある

外に出るときは．．．

校内 オンライン相談

こまっていませんか？「ちょっとしたことを気軽に話せる、相談できる」窓口です。