

ほけんぽより 6月

令和2年 6月 4日
屋部中学校 保健室

6月4日はむし歯予防デーですね。新型コロナウイルス感染予防のため、歯科検査が9月に延期になりました。昨年度、治療が必要と言われて、治療をしていない生徒は、早めに治療を始めて下さい。



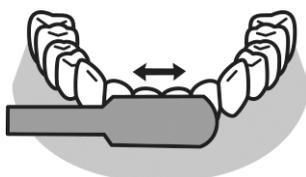
6月の保健目標

歯の健康について考えよう！



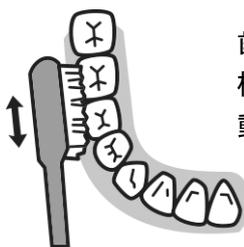
みがき残しがないように、じょうずにブラッシング！

前歯の外側



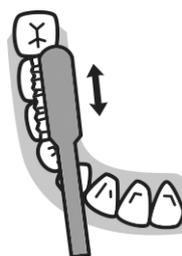
歯ブラシを横に細かく動かします。

奥歯の外側



歯に対して横に細かく動かします。

かみ合わせ



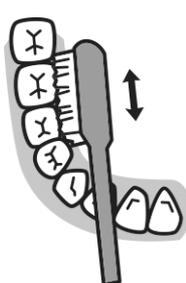
みぞに対して水平にあてて、細かく動かします。

前歯の内側

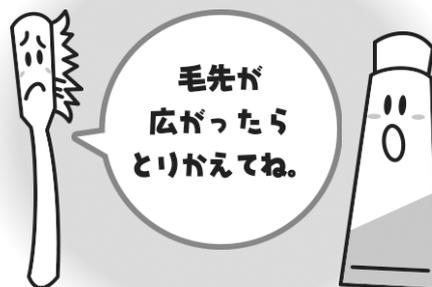


歯のすき間にそって、縦に動かします。

奥歯の内側



奥までしっかり届くようにみがきます。



毛先が広がったらとりかえてね。

6月の健康診断予定

- ・視力検査（全学年） 6月8日（月）
- ・心電図検査（1年生） 6月8日（月）
- ・聴力検査（1年生） 6月9日（火）
- （3年生） 6月10日（水）
- ・尿検査（全学年） 6月29日（月）
- 6月30日（火）

暑い日の運動 水分と休憩を上手にとろう

運動を始める 30分前にコップ1杯、
運動中も 30分に1回の水分補給を。

「休みたい」と感じ始めたら、休憩をとろう。事故を防いで楽しむために。

