

広島市立井原小学校

平成25年6月3日

色とりどりのあじさいが目を楽しませてくれる時期になりました。雨 にぬれた緑の葉っぱがキラキラしていてきれいですね。

雨が続くといつもよりなんだかときが過ぎるのが長く感じます。読書 などをしてゆったり過ごすなど、雨の日の過ごし方を工夫してみるとよ いですね。

また、梅雨の時期は朝夕の気温の変化が激しい時期です。衣服を調節 し、体調を崩さないようにしていただければと思います。

## ・6曽はこんな曽です。

梅雨に入る時季です。気温が高くなり はじめ、湿気が多くなるため、食中毒 もふえ始めます。



熱中症がふえはじめます。ぼうしをか ぶる・水筒をもつ・白陰で休むなど、 動中症対策をはじめましょう!



ブール開きがあります。爪は短く切っ ているか、皮ふの病気やアタマジラミ はないかなど、チェックしましょう!



1年のうちで屋の時間がいちばん長い 「夏至」があります。長いお昼の時間 をどう過ごすか考えてみましょう!



#### 6月は食育月

り、非常に高いです。ご家庭での食事はとても大切な食 ご協力お願いいたします。

# 【6月の保健目



#### ★歯を大切にしよう

★つゆの健康に気をつけよう



#### 歯の衛生週間がはじまります!!



大切な

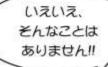
理由①

井原小学校では、6月4日~11日を「歯の衛生週間」としていま す。全国的にも4日~10日は歯についてしっかり考えようという週 です。この機会に、お子様の歯の状態や歯みがきの様子を把握してい ただき、ご家庭でも歯の健康づくりへのご協力をお願いいたします。



## 到量のときからな切に

乳歯は生えかわるから むし歯になっても だいじょうぶ?







# 永久歯に影響します

・乳歯の下では、もう永久歯の準備が始まっています。

### むし歯があると…



並びが乱れ、永久歯が 生えてくる場所がせまく なってしまいます。



いる永久歯を傷つけてしま

### 大切な 理由②

#### おいしく味わい、 栄養をとるために必要です

食べものを消化し、栄養を吸収するとともに、おいしさ を味わうために、よくかんで食べることが大切です。

#### むし歯があると…



★食べものをしっかり かむことができません。



★食べることが、きらいに

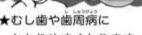
## 大切な 理由③

#### 口の健康習慣を 身につける時期です

歯みがきなど、口の中の健康を守る習慣を身につける、 大切な時期です。

#### 健康習慣が身についていないと…







# 6月の予

●4日(火)

1,2年生 歯みがき指導

●5日(水),6日(木) 5,6年生 修学旅行

● 1 2 日 (zk)

心電図(1年生のみ)

●19日(水) 5年生と養護教諭 交流給食

●21日(金) プール開き

●25日(火) 6年生と教頭 交流給食

\*4~11日まで歯の衛牛週間、6月の食育月間にちなんだ給食放送等も行う予定です。



6月は食育月間です。食に関するクイズや 掲示物、給食放送などを行う予定です

井原小学校は、朝ごはんの摂取率が90%を超えてお 育です。今後も、美味しい食事で、お子様の健康維持に