

# 6月のほけんだより

令和4年6月8日  
 興本扇学園  
 校長 稲葉 守朗  
 養護教諭 石原 さよ

みなさん、運動会  
 おつかれさまでした😊  
 一人一人が一生けん命  
 がんばっている姿はステキ  
 でしたね!!  
 さて、6月に入ると雨が  
 多い季節になります。  
 「梅雨」といいます。かさ  
 をさして登校する日が多  
 くなると思いますが、かさ  
 をさすと周りが見えにく  
 くなります。かさをさして  
 歩いているときは車や信  
 号をよく見て、注意して  
 歩くようにしましょう。



傘をよよく見て歩きましょう。

## 水泳学習が 始まります!!



これから水泳学習が始まります。水泳学習は  
 楽しい、気持ちがいいなどよいこととありますが、一つま  
 がえると、命を落とす危険があります。  
 水泳の授業中には、先生の話をきちんと聞くことと、  
 下の3つのことも守って、安全な水泳学習にしましょう!!



① 水泳学習の前日は、いつもより早くねよう。  
 水泳学習はとてま体力を使うので、いつもより早く  
 ねて、次の日の授業に4箱えましょう。



② 手と足のつめは短かく切りましょう。  
 つめが伸びてしまつたと、水の中で周りの友だちに  
 けがをさせてしまうかもしれません。前日には確認しな  
 しょう!!



③ 朝ごはんは、必ず食べましょう。  
 水泳学習がある日の朝ごはんは、しっかりと食べて  
 体にエネルギーをチャージしてくださいね!!

もう一つ  
 確認  
 しよう。

水泳学習が始まる前に、もう一つ確認して  
 (ま)い(こ)と(が)あ(り)ま(す)。それは水着のサイズです。  
 水着のサイズが合っているかどうかを水泳学習が始  
 まる前に確認がめてみましょう。

## めさせ

## 歯みがき名人



6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。おじいちゃん、おばあ  
 ちゃんになつても健康な歯でいられるように、今から正しい歯  
 みがき方をマスターしましょう!!

その1 奥歯のミゾには歯ブラシを  
 まっすぐあてるべし😊

奥歯のボコボコとしたミゾは、  
 みがき残しが多く、むし歯にな  
 りやすい歯です。  
 歯ブラシを奥歯まで  
 きちんとあてて、  
 みがくようにして  
 みましょう!!

その2 歯と歯ぐきのさかいめは  
 歯ブラシの毛先をナメにするべし

歯と歯ぐきの「さかいめ」も  
 みがき残しが多いところ  
 歯ブラシを少しナメにして  
 毛先がさかいめの  
 ところにあたるよう  
 にしてやさしく  
 みがいてみましょう!!

その3 歯ブラシを「細かく」動かして  
 みがくべし😊

歯みがきをするときは、  
 歯ブラシを「細かく」動かして  
 みがくといいですよ!!  
 1本1本みがくように  
 歯ブラシを動かして  
 みましょう。

その4 前歯と歯の裏側は、歯ブラシを  
 たててみがくべし😊

前歯の歯の裏側はみがきにくい  
 ところの一つです。  
 歯ブラシをたてて、上下に動か  
 してみると、きれいに  
 みがけますよ!!