

# 6月のほけんだより

令和4年5月31日

興本扇学園  
校長 稲葉 守朗

## 6月の行事予定

月日	時間	対象者	内容・注意事項等
6月2日(木)	13:30~	5・6年生	内科健診(体育着持参)
6月21日(火)	13:05~	8年生・欠席者	内科健診・宿泊前検診(体育着持参)
6月25日(木)	13:05~	9年生・欠席者	内科健診・宿泊前検診(体育着持参)



梅雨の季節  
になりました

雨  
の  
季  
節  
は  
気  
を  
つ  
け  
て

**事故・ケガ**  
雨ですべりやすい、傘で見えにくいので注意!

**食中毒**  
細菌の活動が活発になるので注意!

**気温の変化**  
暑かったり肌寒かったり気温差が大きいので注意!

### 雨の日のキケンを知って 事故防止

交通事故について、雨の日は晴れの日と比べ、発生件数が約5倍になると言われています。お子さんが出かけるときは「いつもと同じではない。」ことを伝え、歩行者ができる対策をしましょう。

- なぜ?**
- 傘で視界が狭くなる
  - 車の音が聞こえにくい
  - 車の運転手から見えにくい
  - 水たまりや傘で通れる場所が狭くなる



- どうする?**
- 前がよく見えるように傘を持つ
  - 遊びながら歩かない
  - 目立つ色の傘や服を選ぶ
  - タテ1列になって歩く

雨の日は、時間にゆとりを持っておくことも大切です。朝、少し早めに起こしてあげてくださいね。



### 水泳の授業

元気に楽しむために

- 朝ごはんは食べましたか?
- 睡眠は十分とれましたか?
- 顔色は悪くありませんか?
- ケガをしているところはありませんか?

水泳の授業が  
始まります!

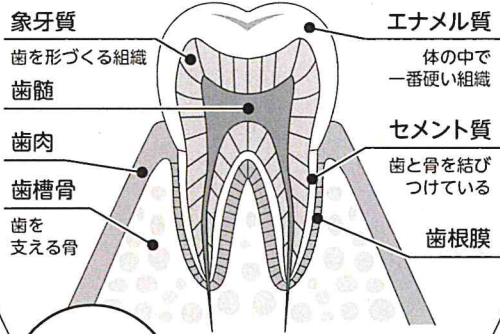
気になることがある人は、先生に相談しましょう



6月4日～10日  
歯と口の健康週間



知っておこう  
歯の構造



むし歯を  
ほうっておくと...  
エナメル質、象牙質が  
順に溶かされ、穴が  
あいてしまいます。

印象アップのヒケツは

きれいな歯で ニッコリ

初対面の人の  
どこを  
見えていますか？



この質問に対し  
て、ドイツでは1位

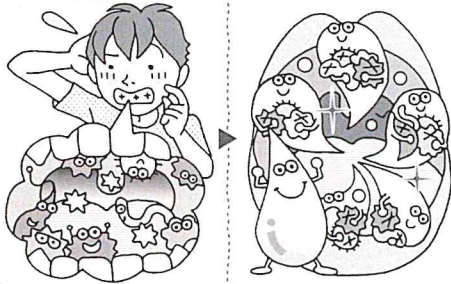
が「目」と「歯」、アメリカでも「歯」  
は2位だったという結果があります。ち  
なみに、日本では「歯」は5位でした。

あいさつでハグやキスをする国では、  
「歯」が健康で白くツヤツヤしているこ  
とは、第一印象アップにとっても大切なよ  
うです。

もちろん、歯がきれいな人を「ステキ  
！」と感じるのは日本も同じ。マスク生  
活で“ニッコリ笑顔”を見せる機会は減  
ってしまいましたが、世界中の人とマス  
クを外して笑いあえる日が来たときのた  
めに、しっかり歯みがきを  
して、きれいな歯を保って  
おきましょう！



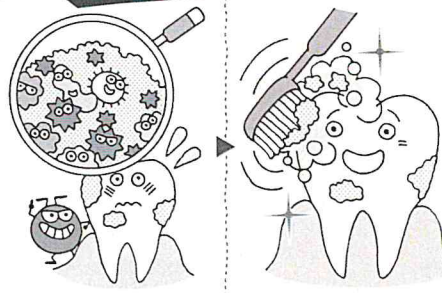
細菌 vs だ液



口の中にはたくさんの  
細菌がウヨウヨ

だ液がたくさん細菌を  
洗い流してくれる！

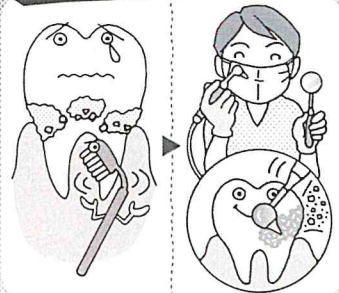
歯垢 vs 歯みがき



だ液で流れなかった細菌が  
増殖し、白くネバネバした  
「歯垢」になる

歯垢はだ液や水で  
流れないので  
歯みがきで取り除こう！

歯石 vs 歯医者さん



取りきれなかった  
歯垢が石灰化し、  
硬い「歯石」になる

歯医者さんで  
取ってもらおう！

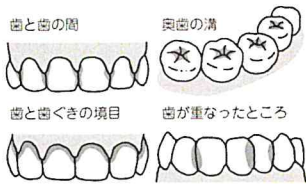
だ液はこんなにスゴイ！



- 細菌や食べかすを洗い流して、  
口の中を清潔にしてくれる
- 初期のむし歯なら、自然に修  
復してくれる

だ液はかめばかむほど  
分泌されるので、よくかんで  
食べることが大切！

歯みがきのポイント！



- 歯垢が得意やす  
い場所を特に注  
意してみよう
- 歯ブラシが届か  
ないところはフ  
ロスや歯間ブラ  
シを使おう

定期的なプロケアを！



半年に1回は行こう！

歯石になってしま  
うと、歯みが  
きでは取り除け  
ないので、歯医  
者さんで定期的  
に取ってもらい  
ましょう

定期健康診断は今月で終わります。終わった健診から、受診をお勧めする対象者には「お知らせ」を配布しています。なるべく早めに医師の診察・治療を受けましょう。受診結果報告は、学級担任へ提出してください。

問い合わせ先  
興本扇学園 西校舎  
養護教諭 原田めぐみ  
03-3856-1421