

梅雨の季節がはじまりました

南城市立大里南小学校
保健室
令和元年 6月

梅雨の季節になりました。この時期は気温の変化が激しい時です。汗をかいたらタオルやハンカチでふく、寒ければ薄手の上着を持っておくなど、自己管理できるように心がけましょう。また、水泳も始まっています。規則正しい生活習慣を心がけ、体調管理に注意しましょう。



歯みがきって大事!

	<p>食べ物を食べると歯に食べかすがくっつきやすくなります</p>
	<p>「歯垢」ができて歯垢には菌がうじゃうじゃ。</p>
	<p>歯みがきで取り除きましょう。歯ブラシの毛先が開かないくらいの力加減で。</p>
	<p>みがき残しはないかな? 鏡で確認して、舌で歯を触ってみましょう。</p>



保健室からのお知らせ

- ☆5年生を対象に、「全国小学生歯みがき大会」を実施しました。
- ☆歯科検診結果を順次配布しています。早めに受診するようにしましょう。(歯の衛生週間は11月に行います)



歯科検診の結果

むし歯のある人 治療を済ませた人



プールに入っているの?

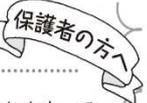
とびひ.....
治るまで入れません。プールの水でうつることはありませんが、他の人と触れると悪化したり、うつすことがあるためです。

疥癬.....
治療を始めていればプールに入れます(ただ角化型疥癬は感染力が強いため外出を控えます)。

皮膚の病気編

アタマジラミ.....
治療を始めていればプールに入れます。でもタオルや水泳帽の貸し借りはやめましょう。

水いぼ.....
プールの水ではうつらないので、入ってもいいです。でもタオルやビート板と一緒に使うとうつることがあるので注意しましょう。プールの後はシャワーできれいにしましょう。



持ってる?



梅雨を快適に過ごすアイテム 3選

タオル

雨でぬれたときや汗を拭くときに大活躍。



替えの靴下

雨の日、ぬれた靴下は履き替えましょう。



ビニール袋

ぬれた靴下やタオルなどを入れるのに役立ちます。

