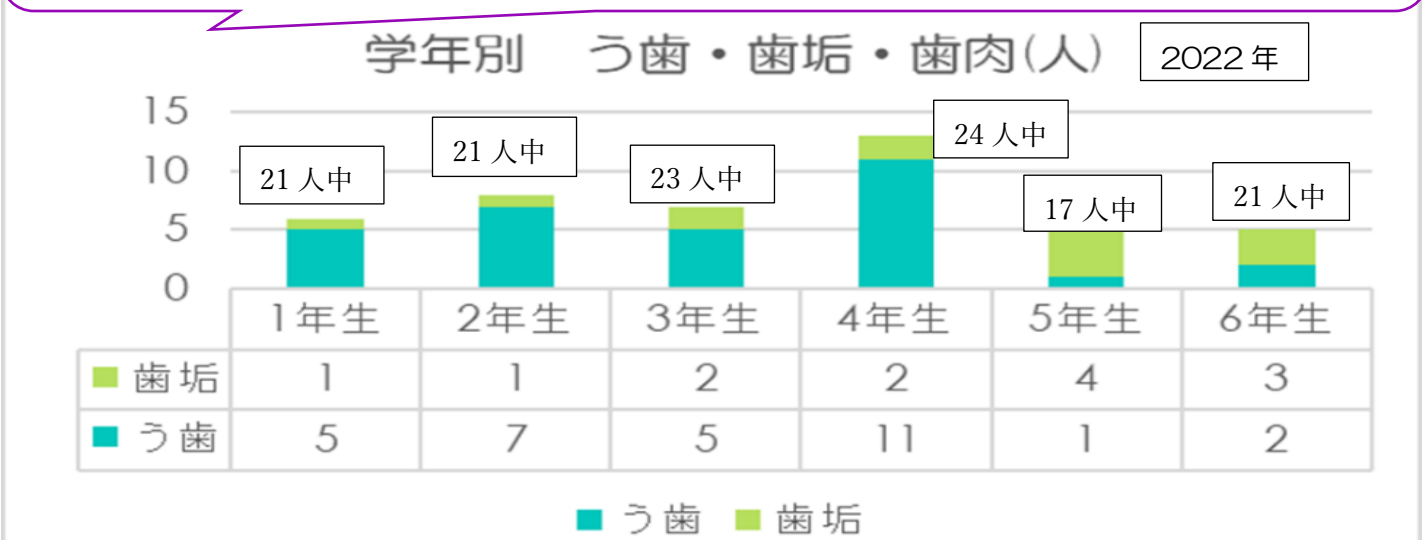
ほけんだより 夏号

2022年(令和４年)７月
NO,4 福山市立箕島小学校

いよいよ待ちに待った夏休みがやってきましたね☆
暑さや夏の危険に充分気をつけて,楽しく安全な夏休みを過ごしてください。
始業式の日に元気なみなさんに会えるのを,先生たちみんなで待っています♪

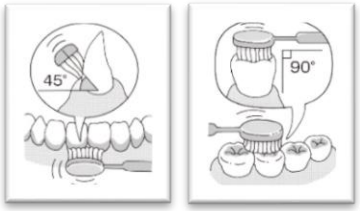
～箕島小学校全体の歯科健診の結果をお知らせします～



※ う歯(うし)⇒「むし歯」　歯垢(しこう)⇒「歯の汚れ」　歯肉(しにく)⇒「歯ぐき」のことです。

※ 歯科健診を受けていない人はクラスの人数に入れていません。

～歯を上手に磨く４つのコツ～



みがく場所によって歯ブラシをあてる角度を変えよう☆

①毛先を歯にきちんと当てる
②小刻みに動かす
③磨く順番を決めてみがき残しをなくす
(むし歯になりやすい奥歯のみぞから始めるのがオススメ!)
④歯ブラシの向き
(奥に背の低い乳歯が生えている人は口の横から歯ブラシを入れると毛先がすんなり届くよ)

ほけんしつの前にも
掲示しています☆

夏の肌トラブル研究所

外で長時間遊んでいたら肌が真っ赤になった!?
それは**日焼け**じゃ！

太陽の光に含まれる紫外線によって皮ふが刺激を受けて起こります。
日焼けは「やけど」と同じ状態。ひどい場合は水ぶくれになることも。

＼こうなる前の／ おすすめアイテム

日焼けしてしまったら…

まずは冷やす！
流水や濡れタオルを使ってみよう。
クリームを塗って保湿することも忘れずに。

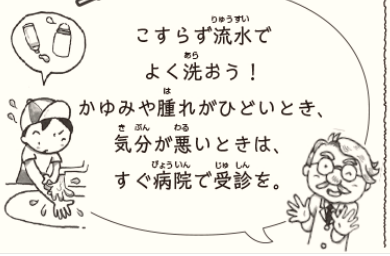
草の多いところで遊んでいたらチクッ！
それは**虫刺され**じゃ！

血を吸う習性のある虫（蚊、ブヨ、ダニなど）や、毒を持った虫（ハチ、毛虫、ムカデなど）が原因。刺されたところから虫のだ液や毒が皮ふに入り、炎症が起きます。

＼こうなる前の／ おすすめアイテム

虫に刺されたら…

こすらず流水でよく洗おう！
かゆみや腫れがひどいとき、気分が悪いときは、すぐ病院で受診を。



首のまわりやひざの裏がかゆくてしょうがない!?
それは**あせも**じゃ！

ひじやひざの裏、首など、汗のたまりやすいところで汗腺（汗の出口）がつまって起きます。
かきむしると、とびひになってしまいます。

＼こうなる前の／ おすすめアイテム

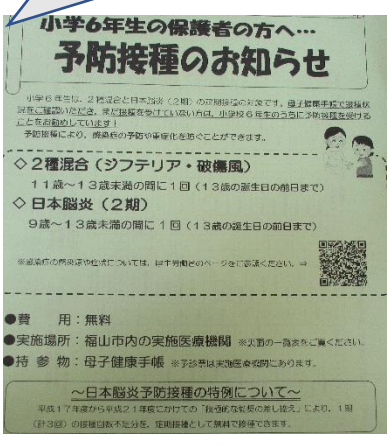
あせもになったら…

かきむしるのはダメ！
こまめに汗をふいたりシャワーを浴びるなど、肌を清潔に保とう。

～6年生の保護者の方へ～
お済ですか？～予防接種～

♦2種混合（ジフテリア・破傷風）
♦日本脳炎（2期）

※詳細は先日のメール配信の通りです。ご希望の方は下記の説明用紙をお渡しできますのでお知らせください。



小学6年生の保護者の方へ…
予防接種のお知らせ

◇2種混合（ジフテリア・破傷風）
11歳～13歳未満の間に1回（13歳の誕生日の前日まで）
◇日本脳炎（2期）
9歳～13歳未満の間に1回（13歳の誕生日の前日まで）

●費　　用：無料
●実施場所：福山市内の実施医療機関 ※次頁の一覧表をご覧ください。
●持 参 物：母子健康手帳 ※予診票は実施医療機関にあります。

～日本脳炎予防接種の特例について～

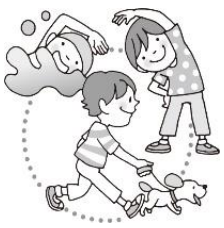
おうちの方へ

○　健康の記録を返却します

4月から6月にかけて行った健康診断の結果を記録した「健康の記録(黄色)」を返却します。確認後,表紙に押印頂き,9月の始業式の日に提出できるようお願いします。

○「健康診断結果のお知らせ」の提出をお願いします

健康診断の結果,治療や今後の生活への注意が必要な所見がある児童には通知をお渡ししています。受診されましたら結果を学校までお知らせください。また,ご家庭で様子を見られる場合はその旨を保護者の方がご記入の上，提出をお願いします。



げんき★クイズ

夏の感想を聞いてくるお菓子って？

ヒント　「最近○○？」「調子は○○？」

みんなが大好きな甘いお菓子だよ♪