

おうちの人といっしょに よみましょう



はやね 早寝・早起き・朝ごはん  
かすかべしょう 粕壁小 保健室  
平成28年7月1日(金)

暑い季節がやってきました。まだ、体が暑さに慣れていないので、熱中症に注意が必要です。水分補給や体調管理に気をつけながら、涼しい時間帯は外遊びをして、暑さに負けない体づくりを心がけましょう。



夏のけんこう こんなとき、おもいあたることはありませんか？

<p>おながいたい</p> <p>つめたいものをとりすぎていませんか？</p>	<p>からだがかたい</p> <p>クーラーのある部屋にずっといませんか？</p>	<p>からだがかゆい</p> <p>汗をこまめにふいていますか？虫にさされていませんか？</p>	<p>からだがムリムリ</p> <p>日やけに気をつけていますか？</p>	<p>食よくな</p> <p>おやつを食べすぎ、運動がそくではありませんか？</p>
---	---	--	---------------------------------------	--

### 夏休みこそ

### 病気ちりょうのチャンス！

1学期の健康診断でむし歯や耳、鼻の病気などが見つかったのに、まだちりょうをしていない人はいませんか？ 時間がとりやすい夏休みは絶好のチャンス。

集中的に病院に通って、早くなおしましょう。



# むし歯予防の取り組みをしました

＜歯みがきカレンダー＞



＜むし歯予防のポスター＞  
(保健委員会)



＜学校歯科医による歯科講話＞



＜歯ブラシチェック 保健委員会＞



＜歯みがきテスト＞



歯みがきテスト・歯みがきカレンダー等、ご協力ありがとうございました。