



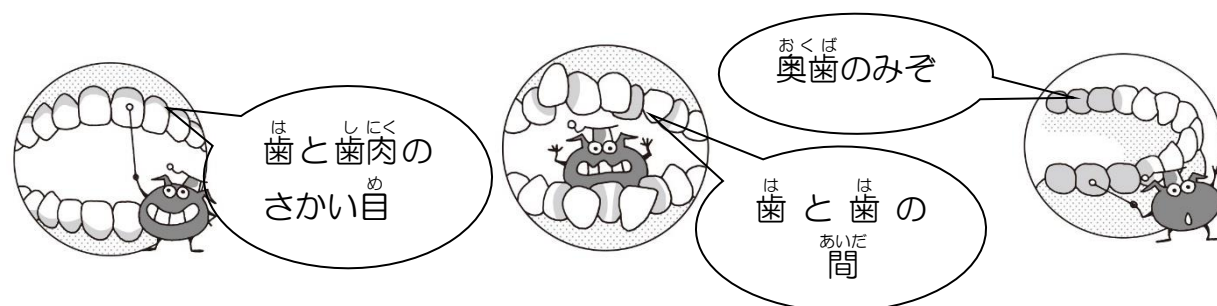
ひだまり



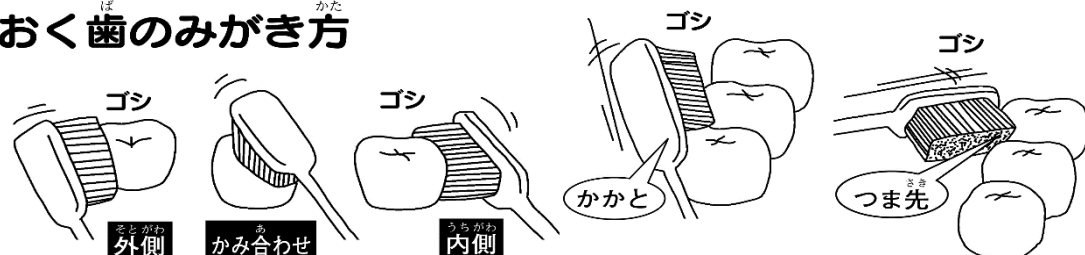
木江小学校 ほけんだより

令和5年6月12日（月）発行

6月は、「歯の口の健康週間」があります。4・5・6年生は、「全国小学生歯みがき大会」、3・4年生は、歯科衛生士さんによる「ブラッシング指導」など、歯について勉強をする機会が多いです。むし歯や歯肉炎にならないための予防は、歯みがきをていねいにすることが大切です。歯みがきで、みがき残しやすいところはどこなのか知っておくことも大切です。時どきは自分で鏡を見ながらチェックをしましょう。

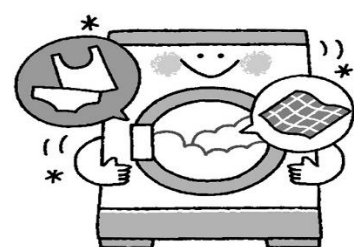


おく歯のみがき方



おく歯をみがくときは、歯の外側と、かみ合わせ（歯のみぞ）の3つに分けてみがきましょう。歯と歯の間の部分は、歯ブラシのかかと（後ろ側）と歯ブラシのつま先（先の部分）を使い、きちんと当ててみがきましょう。

ジメジメした梅雨だからこそ、身のまわりを清潔にしよう！



下着やハンカチは毎日洗濯してきれいなものを



普段着だけでなく、体操服もこまめに洗濯する



お風呂やシャワーで体や髪の毛をしっかりと洗う

プライベートゾーンって知っていますか？

「プライベートゾーン」ということばを聞いたことがありますか？水着を着たときにかくれる体の部分は、「プライベートゾーン」といって、「自分だけの大切なところ」であることを意味しています。

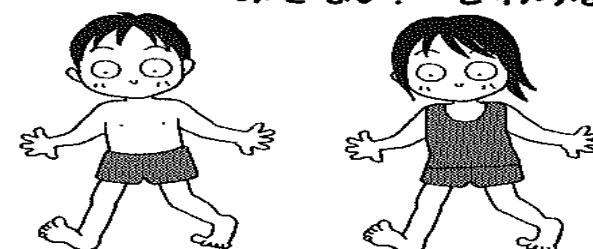
だから、大切なところなので、人にさわらせてはいけない部分なのです。もし、ほかの人が勝手に触ろうとしたり、見ようとしたら、「いやだ」と言ってことわりましょう。反対に、ほかの人がプライベートゾーンを見せようとしたら、さわらせようとしたらする時があったら、「やめて！」とはっきり言って、その場から逃げましょう。「プライベートゾーン」のこと覚えてくださいね。

下着や水着でかくれる場所は

ほかの人に

ほかの人の前で

みさせない！ さわらせない！
みせない！ さわらない！



暑くなり薄着になってきましたが、下着をきていない人を見かけることがあります。下着は、汗を吸い取ってくれる効果があります。また、自分の体を守る働きもあります。また、お風呂に入って体をきれいに洗いましょう。



保護者の方へ

6月に入り、歯のブラッシング指導、全国小学生歯みがき大会など、子供達は、歯の健康や歯みがきの大切さを学習しております。お家の方でも朝夕に「歯みがきをしましょう」の声かけをよろしくお願いいたします。

また、広島県内では、「咽頭結膜熱」の警報が発令されています。咽頭結膜熱とは、発熱・咽頭炎・眼症状を主とする小児の急性ウィルス性感染症です。プールでの接触やタオルの共有により感染することもあるので、俗に「プール熱」と呼ばれています。本校では、6月23日（金）から水泳指導が始まります。おうちの方も、手洗い・うがいを心がけてください。