



ぼけんだよい



令和7年6月
篠井小学校



梅雨に入り、じめじめした日が多くなってきました。

雨の日は道がすべりやすい、かさが前が見えにくいなど、危険がたくさんあります。登下校や休み時間は落ち着いて行動し、けがに気を付けましょう。

今月の保健目標

歯を大切にしよう



歯みがき ジョーズの歯ブラシは？

① 毛先が広がっている

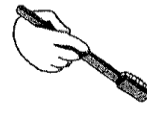
② 後ろから毛先が見えない



歯みがき ジョーズの握り方は？

① グー持ち

② えんぴつ持ち



みがきしょう。
鏡で確認しながら
で歯をみがくなど、
あたらしい歯を、
フタがちゃんと蓋に
かかっているか、

① 力の入れ方は
力をいれすぎると、歯
や歯ぐきを傷つけてし
まうかもしれない。
軽い力でみがきましょう。

② 鏡の使い方は
鏡を覗きながら、
「えんぴつ持ち」がオ
シメ。歯ブラシを握
り、鏡を覗きながら、
みがきましょう。

③ 歯ブラシは
1回を目安に交換しま
す。1か月に
1回は、毛先が十分落
ちていないか、毛先が
広がっていないか、

④ 歯ブラシは
みがきしょう。



歯みがき ジョーズのヒミツ

教えます



歯みがき ジョーズの力の入れ方は？

① 毛先が広がらない程度の軽い力で

② 強い力でゴシゴシ



歯みがき ジョーズの鏡の使い方は？

① 歯みがきしながら鏡を見る

② みがき終わるまで鏡を見ない



5月29日（木）に歯科検診がありました。

その結果、治療が必要とのお知らせをもらった人は早めに歯科医院を受診しましょう！



歯ブラシ交換のお願い



健康委員が歯ブラシチェックを行います。

毛先が開いた歯ブラシを使っていると、歯によごれが残ってしまいます。【歯ブラシ交換のお願い】をもらった人は、新しい歯ブラシにかえましょう。

また、古い歯ブラシを使っても、よごれが残ってしまいます。毛先が開いていなくても、1か月を目安に交換しましょう。

歯ブラシ交換のお願い

はぶらしの毛先がひらいています。新しい歯ブラシにかえましょう！

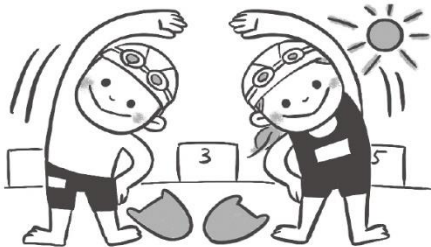
毛先が開いていなくても、1か月を目安に交換しましょう。

篠井小 健康委員会

プール授業

ルールを守って

事故〇に



プールサイドを走らない

すべて転倒すると、ケガをしたり、頭を打つ危険が。

飛び込まない

プールの底や壁面、人と衝突すると、大事故になります。

ふざけない

水中でふざけると、溺れる原因になり、非常に危険です。

無理をしない

体調が悪いときは、先生に言って休みましょう。



プールを実施する日は、プールカードの提出をお願いします。【体温】【参加の可否】と【保護者印】の欄に記入、押印をお願いします。

プールカードを忘れた場合はプールに入ることはいけません。

また、眼科検診、耳鼻科検診が未受診の人や、健康診断後に健診結果のお知らせをもらった人は、プールに入ることによって症状が悪化しないよう、お早めに医療機関を受診するようよろしくお願いいたします。

また、以下の症状等にあてはまる場合は、プールに入ることができませんので、ご確認をお願いします。

- ・目・耳・鼻・のどの病気
- ・発熱・下痢
- ・感染するおそれのある皮膚疾患
- ・生理中
- ・けが

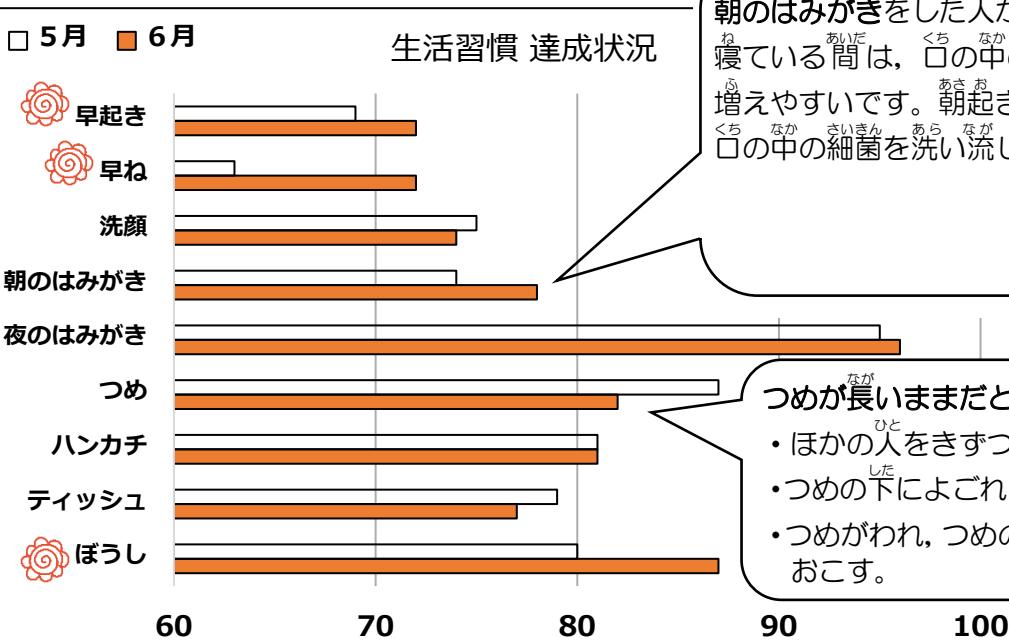
タオルの共有が原因で感染する感染症もあります。
必ず自分のタオルを使いましょう！



生活チェック 6月

がついている項目は、5月より結果がよかったものです。

6月のチェックでは全ての項目で70%以上でした♪



朝のはみがきをした人が5月より増えました。
寝ている間は、口の中の細菌がとくに増えやすいです。朝起きたらのはみがきをして口の中の細菌を洗い流しましょう！



つめが長いままだと…？

- ・ほかの人をきずつける。
- ・つめの下によごれが入って、不衛生になる。
- ・つめがわれ、つめのまわりのひらが炎症をおこす。

