

ほけんしつたより

令和5年6月29日
ほけんしつ 保健室
廿日市小学校

雨の多い季節になりました。雨がふると「すこし寒い」と感じますが、梅雨の晴れ間には、かなり暑くなることがあります。体が暑さになれていない分、熱中症になりやすいので、体調をくずさないように気をつけてください。久々に、水泳の授業もはじまっています。プールの決まりを守って、事故のないように楽しく過ごしましょう。



雨の日の「ヒヤリ」事故を防ぐために・・・

雨の日は晴れの日にくらべて、交通事故の数が約5倍になると言われています。大きな事故になっていなくても、「ヒヤリ」としたことがあるのではないのでしょうか。学校の中でも外でも、けがをせず安全に生活するために、気をつけてほしいことがあります。

☞ 傘をさすと、まわりの様子が見えにくく、音も聞こえづらい。しっかり前を見て歩こう。

☞ 傘をさしたまま自転車にのらない。

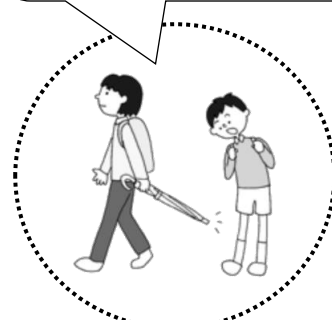
☞ 傘をふりまわすと、友だちに当たってけがをさせてしまう！

☞ 水たまりができて、すべって転んでしまうかも・・・



☞ 雨の日は車に気づかれにくい。明るい色の傘や服で、歩いていることを知らせよう。

☞ 傘を横向きにと、後ろの人に当たってしまう。たて向きに持つようにしましょう。



雨の日は特に、ろうかを走らないように気をつけましょう！

むし歯を予防しよう

「おいしく食べること」「にっこり笑うこと」「楽しくおしゃべりすること」これらはすべて、歯が健康であるからこそ、できることです。歯は1度に乳歯（子どもの歯）から永久歯（大人の歯）に生え変わると、その後、生え変わることはありません。ながく健康な歯ですぐすために、ていねいに歯みがきをしましょう。

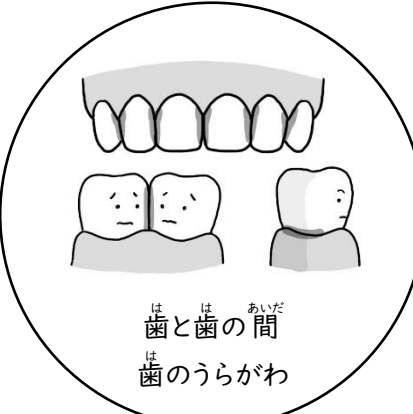
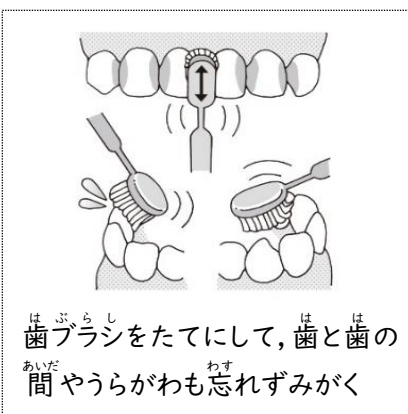
みがきのこしの多いところ①



みがきのこしの多いところ②



みがきのこしの多いところ③



ほけんクイズ ～歯・口へん～



- ① 歯の表面と鉄ではどっちが固い？
A：歯の表面
B：鉄
C：どちらも同じくらい



こたえ A

- ② 歯がすべてに乳歯から永久歯に生え変わると、その数はどうなる？
A：へる
B：変わらない
C：ふえる



に乳歯は20本
永久歯は28～32本

こたえ C