

# ほけんだより 6月

令和4年6月  
鴨島支援学校 保健室

梅雨の季節になりました。この時期は、気温の変化が激しく、その変化に体がついていけず、体調を崩してしまうこともあります。汗をかいたら、タオルで拭いたり服を着替えたりしましょう。また、肌寒い時は上着を着るなどして、衣服の調整をし、体調管理に気をつけましょう。

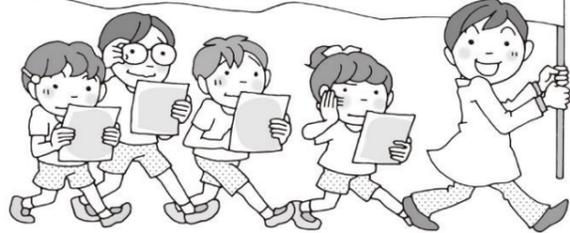
## 健康観察表について



登校前に検温・風邪症状のチェックをお願いします。また、朝と夕方の1日2回の検温を「健康観察表」に記録をしてください。

## 6月の健康診断スケジュール

健康診断、まだまだ続きます



## 歯科検診

むし歯や歯肉炎がないかを調べます。また、歯並びやあごの状態、歯みがきがきちんとできているかも調べます。



6月7日(火)13:00~通学生全員

## あせもの予防

できやすい首の前面、肘の内側、膝の裏側など、要注意!



コットンなど風通しのよい素材の服を着る



汗をかいたらこまめにタオルで拭く

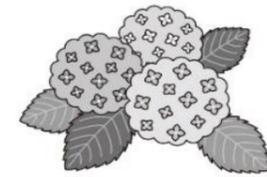


たくさん汗をかいたら着替える



毎日、お風呂やシャワーで清潔に

## < 6月 生徒保健委員会 >



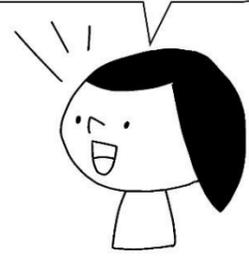
生活目標：友達の良いところを見つけよう

保健目標：歯を大事にしよう

## ふわふわ言葉を集めよう

悪口など相手を傷つける「チクチク言葉」に対して、相手を元気にさせる言葉を「ふわふわ言葉」といいます。「ふわふわ言葉」は、「ありがとう」などの感謝の言葉やほめ言葉、白ごころのあいさつなどもふくまれています。「ふわふわ言葉」を集めて、会話の中で積極的に使ってみましょう。

- ・ありがとう
- ・優しいね
- ・いっしょに遊ぼう!
- ・どういたしまして
- ・さすがだね
- ・かっこいいね(かわいいね)
- ・だいじょうぶ?
- ・おはよう!
- ・ごめんなさい
- ・がんばってるね
- ・こんにちは
- ・上手だね



## 歯みがきカレンダー

6月4日~10日は、歯と口の健康週間!

朝・昼・夜に歯みがきができれば色をぬろう

	6/4	6/5	6/6	6/7	6/8	6/9	6/10
あさ							
ひる							
よる							

