



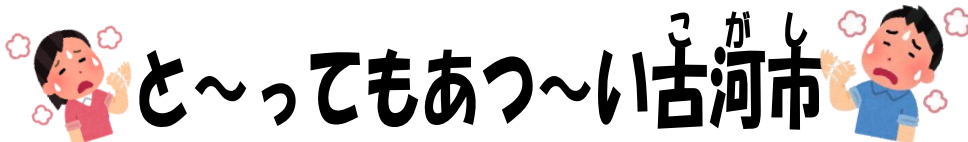
令和4年6月1日  
古河第五小学校  
NO.3

# けんこうしんだん 健康診断、ついにラストスパート!

6月の健康診断のスケジュールです。健康診断の結果により、受診が必要な児童にはおしらせしますので、健康手帳をご持参の上、かかりつけ医の方へ受診をおねがいいたします。受診の結果は健康手帳へ記入していただき、一度養護教諭の方へご提出をおねがいします。

## ★★6月健康診断スケジュール★★

つきひ 月日	こうむく 項目	がくねん 学年	じゅんびぶつ 準備物
6月3日(金)	じびかけんしん 耳鼻科健診	1年生・3年生・5年生 ★2年生・4年生・6年生は 対象者のみ	・耳のおそうじをしてきま しょう
6月8日(水)	にょうけんさ(にじけんさ) 尿検査(二次検査)	対象者のみ	・尿検査の容器
6月9日(木)	しかけんしん 歯科健診	ぜんがくねん 全学年	・歯をていねいにみがいて きましよう
6月27日(月)	にょうけんさ(にじけんさ) 尿検査(二次検査もれ者)	対象者のみ	・尿検査の容器



6月になり、どんどん夏が近づいてきました。古河市は全国でも屈指りのあつい地域で、とてもじめじめした気候です。夏本番を迎える前に、先月に引き続き熱中症についてお知らせしていきます。今回は、楽しく熱中症について知ってもらうためにクイズを出題します！  
正解は6月2日に階段前に掲示するので答え合わせをしてみましょう！

### Q.1 熱中症ってなに？

- ① ばいきんがからだのなかで悪さをして熱がでる病気
- ② 体温調節ができなくなり、脱水症状などをひきおこすこと
- ③ 何かに夢中になって、ほかのことが考えられなくなること

### Q.2 熱中症になりやすいのはどんなとき？

- ① 暑い昼に激しく運動しているとき
- ② 暑くて窓が閉まった部屋にいるとき
- ③ 急に暑くなったとき

### Q.3 熱中症になりやすい人はどんな人？

- ① 寝不足で疲れている人
- ② あさごはんを食べていない人
- ③ 体調が悪い人


ほかにも  
問題を掲示するよ!




# 6月4日～10日は歯と口の健康習慣です！

6月9日は歯科健診です。  
 歯医者さんがみなさんの口の中を見るときに「シー」や「シャセン」と言っているのをきいたことはありませんか？そのことほのナゾを解説します！


しゃせん [ / ]  
 おしほ 虫歯などがない  
 けんこう は 健康な歯のこと。




シーオー [ CO ]  
 おしほ 虫歯になりかけている  
 は 歯のこと。



まる [ O ]  
 おしほ 虫歯のちりょうが  
 終わっている歯のこと。



ジーオー [ GO ]  
 は 歯ぐきのまわりが  
 えんしょう 炎症になっていること




## 歯・口を守る！ だ液のはたらき

だ液はよく噛むとたくさんです。しっかり噛んで食べましょう。



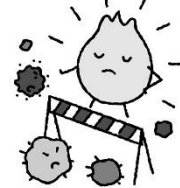
食べたものの消化を助ける



歯についた食べかすを洗い流す



歯についた「酸」を中和する

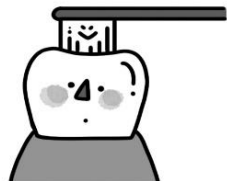


口の粘膜をばい菌から守る

毎日の自分のはみがきを見なおしてみましよう。  
 はみがきのポイントを知って  
 元気できれいな歯を手にいれましよう！！

## 歯ブラシのさまざまな部分でみがこう

かみ合わせの部分には…



毛先の全体をあてる！

歯の裏には…



「つま先」や「かかと」をあてる！

歯と歯肉のさかい目には…



毛先をななめにあてる！