

ほけんだより

御前崎市立第一小



保健室

R6.6.27



てあしくちびょう は や 手足口病が流行っています！！

この時期は、手足口病やヘルパンギーナ、咽頭結膜熱などの感染症が流行します。感染症は、

寝不足や体が疲れていると、感染しやすくなります。また、手から感染することが多いので、

しっかり睡眠や休養をとり、手洗いもせっけんを使ってしっかりやるようにしましょう。

夏の三大感染症

| | | |
|--|---|--|
| <p>手足口病</p> <p>口の中や手足に発疹が出る。熱が出ることも。</p>  | <p>ヘルパンギーナ</p> <p>高熱が出て、のどに小さな水疱がたくさんできる。</p>  | <p>咽頭結膜熱（プール熱）</p> <p>高熱が出て、目が充血したり、涙が出たりする。</p>  |
|--|---|--|

夏も手洗いで感染症予防！

熱や発疹がある時は、病院でみてもらいましょう。



暑い夏だからこそ 大切な手洗い

食中毒予防

トイレの後、食事の前の

手洗いは特に大事



熱中症予防

手や顔を洗って、あつくなった

体温を下げよう

感染症予防

感染症は、手から感染することがよくあります。



食べたらみがこう 歯みがき習慣



食べたらみがく習慣は、むし歯予防だけでなく、口の中を衛生的に保つためにも大切です。歯みがきがで

きない時は、くちゅくちゅうがいただけでもいいので、口の中をすっきりさせる習慣をつくっていきましょう。

6月10日(月)～14日(金)の 御一小 給食後の歯みがき強化週間のようす



1年生と2-2、3-3、5-1は、歯みがきをした人がたくさんいました。

保健委員の6年生が、歯みがきをした子にシールをあげました。

6月10日(月) 1年生「6才きゅうして なあに？」の授業のようす



歯科衛生士の加藤さんと渡邊さんがブラッシング指導をしてくれました。

これからずっとお付き合いする大事な6才きゅうし。大切にしようね。

6月14日(金) 5年「歯を大切にしよう」全国歯みがき大会参加のようす



デンタルフロスのやり方を勉強したよ。

むし歯だけでなく、歯肉炎にも注意が必要だね。