

# ほけんだより



R4 7月  
箕島小保健室  
No.2

## 『けんこうのきろく』を配ります

自分の成長や体の様子を確かめましょう

① 1学期のみ、「成長曲線・肥満度曲線のお知らせ」を個人面談で配付します。(体の成長や体つきには個人差があります)

・現時点で適正範囲内の場合や経過観察の場合は、心配しすぎず、より良い生活習慣をこころがけましょう。

・受診をおすすめしている場合は、病気が隠れている場合がありますので、一度、かかりつけ医に相談してみましよう。



② 病院に行く必要がある場合は、夏休みを利用し受診しましょう。

・むし歯や歯石などは、自然に治ることはありません。乳歯のむし歯も治療しないと、その後の歯並びなど永久歯に悪い影響をあたえます。治療がまだの人は、受診するようにしましょう。

・歯肉炎になりやすい、むし歯になりやすいなどの悩みがある場合も、歯科医院でみがき方を教えてもらったり、歯垢や歯石のチェックをしてもらうといいですよ。お家の人もついでに、歯のチェックをしてもらうのはいかがでしょう。



むし歯  
休み中に治しましょう

『けんこうのきろく』は、保護者印(1学期)を押して、7月13日(水)まで学校にお返しくください。

## ねっちゅうしょう 熱中症に気をつけて!

な  
り  
や  
す  
い  
に  
こ  
ん  
な  
日  
に



だから



# みず じこ 水の事故に気をつけて!

みず じこ いのち 水の事故は命にかかります。  
かならず 決まりを まもり 守りましょう。

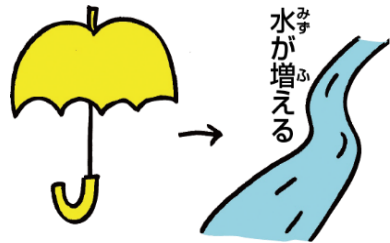
かならず おとな 必ず大人と  
いっしょに



いけないうちで あそぶ 遊ばない



あめ あと い 雨の後は行かない



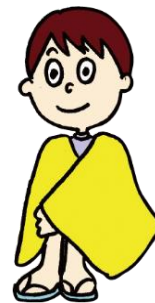
じゅん びうんどう 準備運動はしっかりと



たいちよう わる 体調の悪いときは  
むり 無理をしない



こまめに きゅう 休けいする

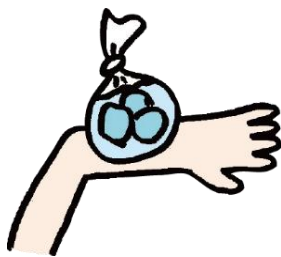


## むし 虫にさされたら

みず 水であらう



ひ やす 冷やす



かゆみ 止めを める



かかない



こんなときは  
びょういん 病院へ  
い 行きましょう



- 毒の強い虫にさされた
- 大きくはれた
- 水ぶくれができた
- 気分が悪くなった
- さされたところの他にもぶつぶつができた
- 家にある薬をぬっても何日もよくなる