

<お家の人と一緒によんでね> 裏面に「歯のお知らせ」があります。

水泳指導がはじまり、プールから名和っこの元気な歓声が保健室にも聞こえてきます。30度を超える蒸し暑い日が続く、汗もたくさんかきます。水筒のお茶がなくなり、給食室前の水道の水を飲んでいられるのを見かけますので、お茶を多めに持たせてください。

★むし歯の治療をしよう！

◆歯科検診の結果、検査や治療が必要な人は歯科受診しましょう！
早目に治療すると、通院日数や治療費も少なくすみます。
治療が終了しましたら、「歯科受診済書」を提出ください。



(＊歯の診療券の継続(7・8月分)が必要な場合は早めに「申込書」に必要事項を記入して届けてください。)

★夏、学校生活の服装は？…すずしく！動きやすく！

♪汗の吸収がよく、すぐかわくような生地のTシャツがおすすめです。

◆長いスカート(女の子)…流行していますが、学校生活では、階段などで、足もとが見えず、まきこんだり、ひっかかります。また、床ふきなどでは、すそをふみ前のめりに転び、顔(おでこ・鼻・歯・唇)をうちます。

◆靴下…夏用のくるぶしがたくさん出るような短いくつしたは…くつと皮膚がすれて、靴ずれになりやすく、けがにもつながります。

★下着パワーはすごい！

①下着はにおいを吸い取る
下着は、暑さ寒さを調節



してくれるだけではなく、においの原因になるからだの汚れもあせといっしょに吸い取るパワーがあります。

②下着を着るとすずしくなる

あせは下着に吸い取られると、早くかわきそのとき、たくさんの熱がうばわれるのですずしいと感じます。

★これからのシーズン下着はかかせません。

★保健委員が朝の会で

下記の「えいせいチェック」をしています。

- *顔あらい
- *はみがき
- *朝ごはん
- *ハンカチ・ティッシュ
- *つめ

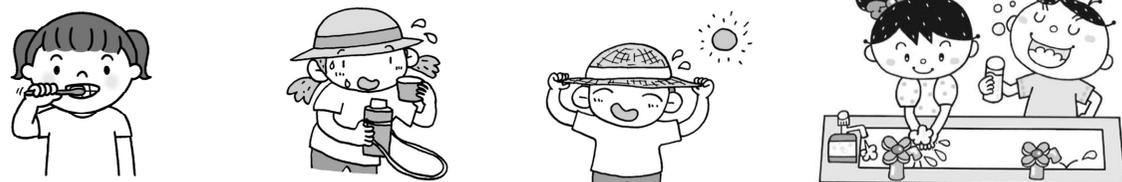
♪ハンカチ・ティッシュをもってきている人がふえつめもきれいになってきました。引き続き「えいせいチェック」します。

★夏休みまでもう少し…あつさに負けないでガンバレ！

♪暑さに負けないためには、基本的な生活習慣がしっかりしていることです。生活のバランスがひとつでも崩れると、体調が悪くなります。



・よぶかしはしない で はやね ・はやおき ・あさごはん ・うんち



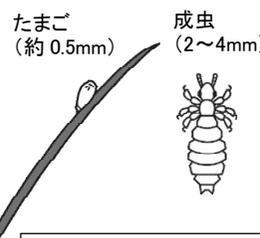
・はみがき ・すいぶんほきゅう ・ぼうし ・なつも…てあらい・うがい



・てきどなエアコン ・つめたいものはじょうずにとる ・お風呂

★1日の疲れを残さないように、しっかり食べて、はやめにねましよう！

アタマジロミに注意！



成虫の寿命は約1ヶ月
1日に3～10個の
たまごをうみ、
1ヶ月で100個を超える
ようです

- *6月にほけんだより「頭ジラミ号」でもお知らせしましたが、お子さんの髪の毛を再度チェックしてください。
- *頭髪に寄生して、血を吸います。吸われると強いかゆみがでます。
- *初めのうちは、たまごの数も少ないので気がつかないことがあります。
- *普通のシャンプーでは、成虫の駆除は出来ません！専用のシャンプー(スミスリンシャンプー)を使います。たまごは専用シャンプーでも駆除できません。たまごを見過ごす、とどんどんふえていきます。
- *おかしいな？と思ったら…保健室に相談してください。

- 帽子やくし・ブラシ、タオルなどの貸し借りによる物をかいた感染
 - 頭がふれあうことによる直接感染
- ※頭髪の不潔が原因ではありません。 ※水の中ではほとんど感染しません。

かんせんけいろ
感染経路