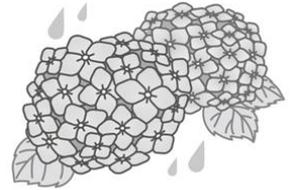




保学内3号  
令和6年6月  
大阪府立八尾支援学校

梅雨の季節になりました。この時期は、気温の変化が大きい時期です。

みなさん体調をくずしてはいませんか。梅雨が終わると、暑い夏がやってきます。夏の暑さに負けないために、軽い運動をしたり、お風呂に入り汗をかいたりして、少しずつ暑さに慣れて夏を迎える準備をしましょう。



# むし歯にするぞ〜！ ミュータンス菌はこんな子が大好き

食後に歯をみがいていない



快適で活動しやすいな〜♪  
酸性の環境がいいんだよね。

食べ物をよくかんでいない



だ液が少ないうから、  
洗い流されなくてラッキー♪

お菓子をよく食べる



大好きな糖分がいっぱい！  
酸を出して歯を溶かすぞ〜

生活習慣と歯みがきで、ミュータンス菌をやっつけよう！

## 歯みがきの工夫

歯をしっかりみがくために、歯ブラシが届きにくい歯も、

工夫して、ていねいに歯みがきをしましょう。

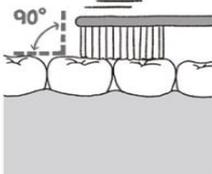
歯並びがデコボコしているところ

縦にして、1本1本みがく



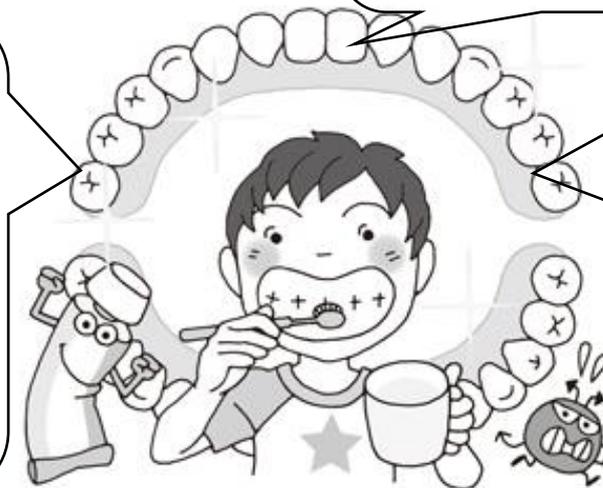
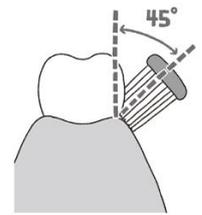
## 奥歯のみぞやかみ合わせ

毛先を水平にあてる



## 歯と歯ぐきの境目

毛先をななめにあてる





6月になると、プール学習が始まります。みなさんが安全に楽しくプール学習に参加できるように、プールに入る前、朝健康チェックをしましょう。

プール学習の後は、いつもより疲れがたまりやすいので、いつもより早く寝るようにしましょう。



プールに入る前の健康チェック



たくさん寝ましたか。



風邪をひいたり、目・鼻・耳に感染症はありませんか。



つめは短く切りましたか。



耳そうじはできていますか。



# 天気予報をチェックしよう!

雨が続く梅雨の時期には、天気予報に注目して、次のことに気をつけてね。

## ①足元を濡らさない…

雨の日は、足元が冷えると、寒さを感じやすくなります。長靴をはいたり、替えの靴下を持参したり、傘やレインコートなど雨具を準備したり、足元が濡れないように気をつけましょう。

## ②カーディガンなどで調整する

気温が低い日々が続くことを「梅雨寒」と呼びます。ふだん、半そでを着けていても、梅雨寒の日には、カーディガンや上着が恋しくなるかも!? 快適に過ごせるように、上手に上着で調整しましょう。

保護者の皆様へ

### ★整形外科相談の結果について

整形外科相談は、各学部1年生を対象に実施し、その結果、継続して経過観察をしていく方が良い児童生徒に対して各学期1回相談を行っています。貴島病院より、整形外科医1名と理学療法士1名が来校して診てくださっています。

あくまでも“相談”で“検診”とは異なるので、受診勧告書は学校から出しません。整形外科相談の結果については、整形外科医より何か所見を言われた場合は、お知らせのプリント、又は、担任から連絡帳を通じてお知らせさせていただきます。