

# 雨の日は注意!

傘で前が見えにくくなる



地面が滑りやすくなる



車の運転手から見えない



雨音で周囲の音が聞こえにくい



渋谷区立笹塚中学校  
校長 濱島美佐子  
養護教諭 加藤由衣

これらの理由で雨の日は交通事故が多くなると言われています。傘のさし方に注意して、周りをよく見て歩きましょう。

雨で急に気温が下がったり、湿度が高く蒸し暑かったり、体温を調整するのが難しい季節です。4月からの疲れも出てきやすいので、体調を崩す人が多くなります。そんな時期こそ、ウイルスや細菌を体内に入れない「手洗い」が重要です。

## 食中毒予防

食中毒が多い季節です。買い物や調理する時は気をつけましょう。



肉や魚などは最後に買う



食べ物を常温で放置しない



調理の前後は手洗い



弁当箱には冷ましてから詰める

## むし歯になりにくい人は?



オレはむし歯菌。こんな人には近づきたくない!



★ しっかり  
歯みがきをする人



★ よく噛んで食べる人



★ お菓子をあまり食べない人

この他にも、むし歯になりにくい歯質の人もあります。油断せずに日頃のケアをしっかりとしましょう。

さて、歯科健診の結果はいかがでしたか? 受診が必要な人はできるだけ早く歯医者へ行きましょう~!!