

保護者の方といっしょに読みましょう！



令和6年度

邑久小学校



6月の保健目標

歯を大切にしよう！

もうすぐ梅雨入りです。毎年、気温や湿度が高い梅雨の時期に入ると、体調を崩しやすくなる人が多くいます。6月10日からは水泳学習が始まります。水泳があった日は特に体が疲れているので、早めに寝てしっかり体を休めましょう！

6月の保健行事

- 歯科検診 6/12 (水) 1年・ひまわり・欠席者
- 体重測定 6/17 (月) ~ 全学年
- 心電図・心音図検査 6/27 (木) 1年・4年

水泳学習が始まります！

プールに入る前に

前日にすること

水の中では、いつも以上に体力を使います。少しでも気になることがあるときは、先生に伝えましょう。

つめ切り



耳そうじ



早寝



当日にすること

朝食を食べる



トイレへ行く



体調のチェック (体温、顔色、目・皮膚・手足・のど・おなかの状態、けがをしていないか、など)



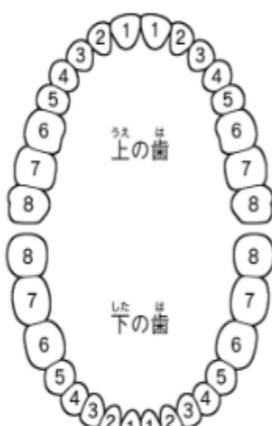
6 / 4 ~ 10 は歯と口の健康週間です！

5月の歯科検診で学校歯科医さんから「朝の歯みがきができていないにできている子どもが多いですね。素晴らしい！」と喜んでいただきました。毎日のていねいな歯みがきと、定期的に歯医者さんで検診を受けることで、歯を大切にしていきたいですね。

毎日使う歯を大切に

体が成長するにつれて、子どもの歯は大人の歯に生えかわります。歯は一生の間、毎日使い続けるので、ていねいにみがいて、大切にしましょう。

大人の歯 (28~32本)



前歯 (1・2) 食べ物をかじり取ります。

犬歯 (3) 食べ物を引きちぎったり、かみ切ったりします。

おく歯 (4・5・6・7・8) 食べ物を細かくすりつぶします。

雨の日のけがに注意！

かさを差していると、いつもより見える範囲がせまくなって、人や物にぶつかりやすくなります。また、地面や道路、ろうかがすべりやすくなっています。雨の日はいつも以上に気をつけて行動するようにしましょう。



<保護者の方へ>

今年度の健康診断も順調にすすみ、あとは6月の保健行事に記載した検査、検診を残すのみとなりました。保健調査票や歯と口のアンケート(123年・ひまわりA)への記入など、大変お忙しい中、保護者の皆様のご理解・ご協力をいただきましてありがとうございました。心より御礼申し上げます。

それぞれの検査、検診の結果について、治療指示書を順次お子様便でお渡ししておりますので、受け取られましたら、早めに医療機関等を受診していただきますようお願い申し上げます。受診されましたら、用紙を学校へご提出ください。

また、上学年女子の内科検診については、下着(肌着やブラジャーなど)を着たまま実施いたしましたので、肌の状態など見落としがあるかもしれません。何かお気づきの点がありましたら、保健室までお知らせ下さい。よろしくお願いいたします。