

# ほけんだより 6月

令和6年6月発行  
中島小学校 保健室  
NO. 3

お家の人と一緒に読みましょう

運動会お疲れ様でした。後半は強い風も吹いて天気が心配でしたが、みんなのパワーと沢山の協力で最後まで無事にやりきることができましたね。みなさんの頑張る姿が素敵でした。運動会が終わり、少しずつ梅雨のじめじめした季節になってきました。この時期は、気分がさえない、環境の急な変化に体が追いつかなかったり、大人も子どもも体調を崩しやすいです。規則正しい生活を心がけ、心も体も元気に過ごしましょう。

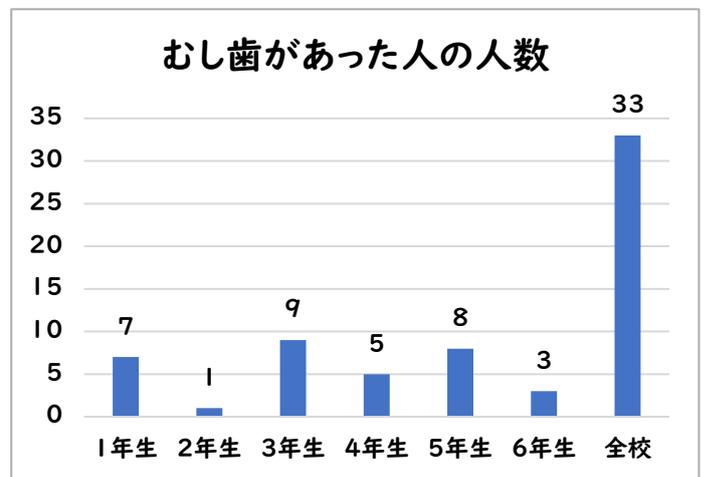
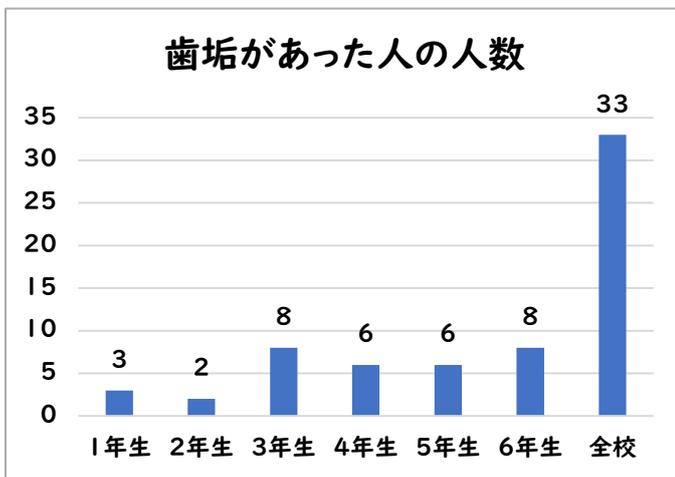
## ～6月4日～10日は、歯と口の健康週間です～

### 6月の保健目標：歯を大切にしよう

むし歯がある人は早めに歯医者さんに行き治療してもらいましょう。歯は一生ものです。毎日の歯みがきを見直し、大切にしていきましょう。



### 【今年度の歯科検診の結果】



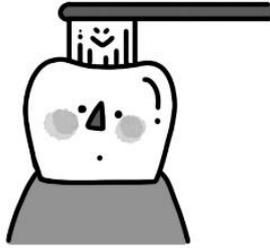
### 歯科保健指導を行います



6月3日(月)から朝学習の時間等に全学年に歯科保健指導を行います。保健指導後、全員に歯垢染色剤と歯ブラシを配布します。歯垢染色剤は、染め出しの仕方のプリントと一緒に配布しますので、ご家庭で内容をご確認いただき、ぜひ一緒に取り組んでみてください。また、歯ブラシは、ご家庭でご使用ください。

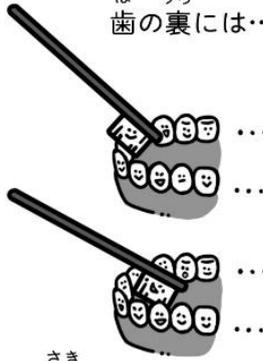
# は ぶぶん 歯ブラシのさまざまな部分でみがこう

あ ぶぶん  
かみ合わせの部分には…



けさき ぜんたい  
毛先の全体をあてる！

は うら  
歯の裏には…



さき  
「つま先」や「かかと」をあてる！

は しにく め  
歯と歯肉のさかい目には…



けさき  
毛先をななめにあてる！

## 保護者の皆様へ

日頃より本校の学校保健活動にご協力をいただき、ありがとうございます。



### ◇むし歯治療について

「健康診断の結果のお知らせ」の用紙の提出のご協力ありがとうございます。歯科検診の結果、受診の必要のある場合は、お子様の歯と口の健康のためにも、また、通院する回数をなるべく少なくするためにも、お早めに受診されるようお願いいたします。

### ◇体重測定について

これまで身長・体重測定は4月、9月、1月、体重測定は6月、11月と行ってきましたが、昨年度11月より七尾市の小学校では、6月、11月の体重測定は各学校の実情に応じて対応となりました。そこで、中島小学校の6月、11月の体重測定は、やせ傾向の児童や軽度肥満以上の児童など経過を観察していきたい児童を対象に行いたいと思います。対象の児童以外でも、測定を希望のご家庭があればお気軽にご連絡ください。

### ◇熱中症対策について

気温が高い日が多くなってきました。5月以降、休み時間に遊んだ後などに、頭痛やだるさを訴えて保健室に来室する児童がみられるようになりました。学校では今後、運動場と体育館の暑さ指数(WBGT)を測定し、熱中症予防のための活動の制限の目安としていきます。

水分を忘れずに持ってくること、規則正しい生活をするなど、ご家庭でも熱中症対策をよろしく願います。

## 【6月の健康診断の日程】

日にち	時間	項目	対象学年
6月12日(水)	13:30~	耳鼻科検診	全学年
6月4日(火)		尿検査(一次二次混合提出日)	対象者
6月20日(木)		尿検査(二次検査提出日)	対象者

