



すこやか

作見小ほけんだより
2025. 6. 6

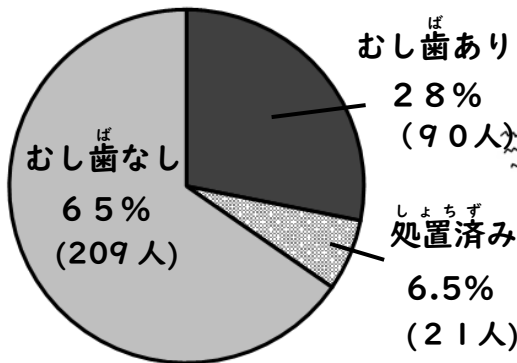
「むし暑いな〜」とおもっていたら、雨が降って急にはだ寒かったり、体調管理が難しい時期です。今はまだ体が暑さに慣れていないので、意外と熱中症になりやすいです。規則正しい生活を心がけ、体調を整えておきましょう。

今月の保健目標

は たいせつ
歯を大切にしよう！



作見小 歯科検診の結果



4月にあった歯科検診の結果、むし歯があった人は90人いました。中には1人で何本もむし歯がある人もいました。

小学生は子どもの歯から大人の歯へと生え変わる大事な時期。生えたての歯はむし歯になりやすいので、しっかり歯みがきしましょう。

まだ歯医者さんに

行っていない人は...

あと 107 人になりました。

治療が必要な人は歯医者さんへ！

保護者の方へ

歯科受診済みのカードが次々と保健室に戻ってきています。早期受診のご協力ありがとうございます。（経過観察の児童も受診されており、意識の高さを感じます。）

はみがきがんばりカード

★6月9日（月）～13日（金）の5日間。

★朝・昼・夜の1日3回みがこう。

出来たら色をぬるか、○をつけよう。

★最後に合計回数とふりかえりを書こう。

★6月16日（月）に

担任の先生へ提出しよう！



歯と口の学習

★6月中に歯と口の勉強をするよ。

1年:6さいきゅうしをみがこう

2年:歯の形とやくわりを知って前歯をみがこう

3年:おやつについて考えよう

4年:かむことの大切さを知ろう

5年:歯肉炎を予防しよう

※6年生はライオンの全国小学生歯みがき大会に参加しました。



はい だいじょうぶ プールに入っても大丈夫かな？

プール開きは
6月16日(月)

プール学習は他のスポーツにくらべ、とても体力を使います。プールのある前の日は、早やめに寝て体調をととのえておきましょう。朝ごはんもしっかり食べてきてください。

●入る前にチェックしよう！

- ☐ 朝ごはんはしっかり食べたかな？
- ☐ 夜はぐっすり眠れたかな？
- ☐ ツメは短く切っているかな？
- ☐ 耳あかはとってあるかな？
- ☐ 体がだるかったり、熱や鼻水、咳は出ていないかな？
- ☐ まだ治っていない傷など、ケガはないかな？



～保護者の方へ～

●熱中症予防について

気温が高くなり、暑く感じる日もふえてきました。急に暑くなる日は特に熱中症になるリスクが高くなります。毎日必ず、水筒に（十分な量の水分）を持たせてください。また、睡眠不足や朝食の欠食等が熱中症の要因となりますので、早寝・早起き・朝ごはんを中心とした規則正しい生活を心掛けていただきますようお願いいたします。

●りんご病（伝染性紅斑）について

6年ぶりに警報が発令中です！

りんご病は「伝染性紅斑」と呼ばれ、感染すると発熱や咳のほかに、頬や腕などに赤い発疹ができるのが特徴です。この特徴的な赤い発疹が出る頃には、感染力はほぼなく、本人の全身状態がよければ登校は可能です。本校でも低学年を中心に感染報告がありました。

感染経路は飛沫感染です。こまめな手洗いや咳が出るときはマスクをするなどの感染対策をお願いします。