

ほけんだより



令和7年7月17日
鳥屋小学校 保健室
☆おうちの人とよんでね

いよいよ夏休みが始まります。一学期の間、大きなけがや感染症の流行がなく、みなさん元気に過ごせたことをうれしく思います。夏休み中も規則正しい生活を心がけ、楽しい思い出をたくさんつくってくださいね。

保護者の方へのお願い

◆健康診断結果・成長曲線の配布について（7月22日）

通知表渡しの際、担任より ①定期健康診断の結果、②成長曲線・肥満度推移 のお知らせをお渡しします。

①において、病院受診を勧められた児童は、夏休み中に治療をお願いします。

②では、お子様のこれまでの成長をご確認ください。気になることや相談したいこと等ございましたら、養護教諭までご連絡ください。

◆歯みがきカレンダーについて（9月1日提出）

夏休みの宿題に歯みがきカレンダーがあります。歯みがきの声かけや、仕上げみがきなどお子様と一緒に取り組んでいただけたらと思います。最後に一言、メッセージの記入をお願いいたします。

夏休み中も“熱中症”に気をつけよう！

熱中症になると…

くらくらする



あたま
頭がいたい



はきけ



からだ
体があつい



ぼーっとする



熱中症を予防するために大事なこと

①たっぷりねむる



②朝・昼・夜の3回
しっかりと食べる



③水分（塩分）をとる



★こまめに
★のどがかわく
まえに

④外にでる時は、ぼうしをかぶる、こかげで時々休む



“歯と口の健康週間”の取り組み



～養護教諭による保健指導～ 6月の発育測定時に各学年に合わせたテーマで保健指導を行いました。

1・2年生『第一大臼歯について』

3年生『かむことの大切さについて』

4年生『おやつのとりに方について』

5年生『全国小学生歯みがき大会』への参加

6年生『歯肉炎の予防について』



～歯みがきチェック(染め出し)～

自宅での染め出しを通して、みがき残しの多い部分をチェックしました。みがけていると思っていたところが意外とみがけていなかったという感想が多くみられました。その気づきを大切に、これからも毎日の歯みがきをがんばってほしいと思います。お忙しい中ご協力いただき、ありがとうございました。



～保健委員会による動画作成～

保健委員会が「むし歯にならないみがき方」というテーマで動画を作成しました。歯ブラシの持ち方やみがきのこしの多い部分のみがき方などについて、実際にみがく様子を撮影しました。最後には、6年間むし歯がない上見さんに、いつも行っている歯みがきの仕方を紹介してもらいました。この動画を見て分かったことを、毎日の歯みがきに取り入れられるといいですね。夏休みも、家での歯みがきをがんばりましょう！



むし歯は、

夏休み中になおそう！



現在の治療率は、32% (56人中18人が治療済み)です。乳歯のむし歯をそのままにしておくと、次に生えてくる永久歯の歯に影響(むし歯になりやすくなる、歯並びが悪くなるなど)を与えます。永久歯のむし歯が進行すると、歯を失うことにもつながります。

むし歯のない元気な口で2学期をむかえましょう！

6年間むし歯ゼロ！ 12名の6年生を表彰しました

6年1組 岡部隼人さん、杉本紗都さん、山崎秀真さん、山田健翔さん、渡部依愛さん

6年2組 上田寧々さん、上見奈愛さん、上見優太郎さん、倉橋由奈さん、関谷章馬さん、ひろさわたくと、ほんどさなこ、広沢拓翔さん、本殿紗奈子さん

“ピカッと賞”おめでとう

