



《長子配付》※1年生は全員配付
おうちの人といっしょによみましょう

R元. 5. 9
津幡小学校 保健室

しんねんと かげつ
新年度スタートから1ヶ月がたちました。
れいねん ころ きち わる あたま いた
例年、この頃から「だるい」「気持ち悪い」「頭が痛い」などの
しょうじょう うった ひと おお とし
症状を訴える人が多くなります。そんな時はいつもより少し早め
ふとん はい ころろ つか
に布団に入り、心とからだの疲れをとるようにしましょう。



また、こうおんだしつ じき しょくちゅうどく
高温多湿になるこれからの時季は、食中毒の
げんいん さいきん はんしょく
原因となる細菌が繁殖しやすくなります。「冷やして
だいじょうぶ かしん きげん ひ まえ さい
おけば大丈夫」という過信も危険です。冷やす前に細
きん れいぞう こ い ばんぜん
菌がついてしまっていれば、冷蔵庫に入れても万全で
はなりません。食中毒予防の3原則は

1. 『つけない』 = 手洗い
 2. 『増やさない』 = すぐに冷やす
 3. 『やっつける』 = しっかり加熱・殺菌・消毒
- です。学校でも、子どもたちには手洗いの指導をして
かてい ねが
います。ご家庭でも、よろしくお願ひします。

歯医者さんへ、行っていますか？

4月には、発育測定や視力・聴力検査、尿検査、
歯科検診、眼科検診（1・4年）と、たくさんの
検診がありました。

学校は、検診で見つかった『病気』について治
療を勧めます。むし歯は、自然には治ることの
ない『病気』です。視力低下もそうですが、特に
むし歯は早期の受診であればあるほど治療が軽くて
済みます。放っておけば、治療の回数も増えて余計
に面倒ですよ。

歯は、一生、毎日のセルフケアが必要なものです。

児童が治療を終えたかどうか、学校が確実に把握するため、歯科医が受診結果を記
載するピンク用紙は必ず提出するよう、お願いします。

歯科検診でむし歯が
見つかった人 お得！
早く治したほうがこんなに



①痛くない



②早く治る



③治療費が
安くすむ

5月もさまざまな健康診断が行われます。それに伴い事前の問診票が必要ですので、記入・提出をお願い
します。問診票の種類は学年によって異なります。

本日配られた問診票は、17日（金）までに学校へ提出してください。