

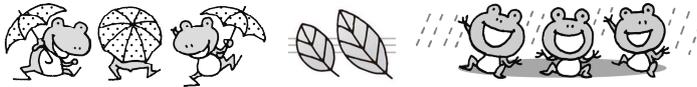
ほけんだより

# 和気の宝

6月のほけんもくひょう



歯と口の健康を考えよう



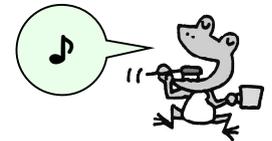
和気小学校 保健室 2023. 6. 9



6月19日(月)～6月25日(日)は  
わけしょう は くち けんこうしゅうかん  
和気小「歯と口の健康週間」です

## ★この期間中、「歯みがきカード」の取組をします★

- ♪ 毎日、朝ごはん・夜ごはんのあと、忘れずに歯をみがこう！
- ♪ しっかり歯をみがけたら、歯みがきカードに色をぬろう！
- ♪ 最後の日(25日)に自分のふりかえりを書き、おうちの人にも一言書いてもらいましょう。
- ♪ 歯みがきカードは26日(月)の朝、担任の先生に出しましょう。



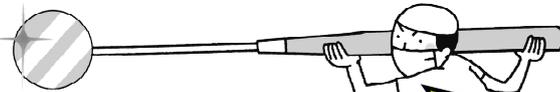
★1年生はこの期間中に、おうちの人と「歯みがきチェック(歯垢の染めだし)」をしましょう😊

## 歯科検診の結果...

むし歯があった人	31人
治療がおわった人	4人

※令和5年 4月27日実施

※令和5年 6月 8日現在



はやくなおそう!

## おうちの方へ



### ●歯みがきカード(全学年)、歯みがきチェック(1年生のみ)について

6月19日～6月25日に「歯みがきカード」の取組を行います。子どもたちが意欲的に歯みがきに取り組めるよう、学校では全学年に歯の保健指導を行います。ご家庭でもお子さんの歯みがきの様子を見ていただき、声かけしていただけるとありがたいです。また、取組期間の最終日(25日)に、カードに一言添えていただくと幸いです。

1年生のみ、取組期間中にご家庭で「歯みがきチェック(歯垢の染めだし)」をしていただきたいと思います。詳しい方法などは歯みがきカード配付時におたよりでお知らせします。お忙しい中大変だとは思いますが、お子さんの歯と口の健康のために、ご協力よろしくお願いたします。

### ●水泳学習に関わる健康調査について

本日、お子さんに「プール水泳学習に関わる健康調査」を配付しました。必要事項を記入され、6月14日(水)までに提出してください。内科、眼科、耳鼻科、皮膚科等で既往歴または不安がある場合は、水泳学習前に主治医等の受診もしくは相談を済ませていただくよう願いたします。

あつ 暑い日が続きます...

# 熱中症に注意!

ぼうし すいどう 帽子・水筒 わす 忘れずに!

## こんな人が

- ★暑さに慣れていない
- ★睡眠不足
- ★エネルギー-(ごはん)不足

## こんな日に

- ★急に暑くなった
- ★気温・湿度が高い
- ★風が弱い

## こんな場所にいると...

- ★日かげのない場所 (運動場など)
- ★風通しの悪い場所 (体育館など)

### 熱中症は起こりやすい!

## 熱中症予防のポイント

- ★「**早ね・早おき・朝ごはん**」で体調をととのえておく。
- ★外に出るときは、**帽子**をかぶる。
- ★こまめに**水分**をとり、**休憩**する。
- ★そのときの**体調**にあわせて、無理せずすごす。



# プール水泳学習がはじまります

プール開き：6月19日(月)

## 楽しい水泳学習のために



睡眠時間はたっぷり

朝ごはんはしっかりと

つめは切ってあるかな

耳そうじをしましょう

## おうちの方へ



### ●熱中症予防について

気温が高くなり、夏日となる日も増えてきました。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(たっぷりのお茶)と汗ふきタオルを持たせてください。登下校の帽子の着用も必ずお願いします。また、睡眠不足や朝食欠食等も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がけていただきますようお願いいたします。