

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 2024. 6. 4

きょうは「むしばよぼうデー」



6月17日(月)～6月23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！

♪ 23日か24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25日(火)の朝までに、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😊

きゅうしょく  
給食のあとも  
みがいてもOK♪

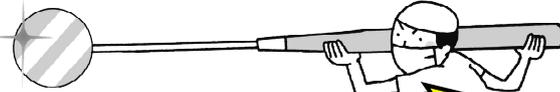


## し か けんしん けっか 歯科検診の結果...

|          |     |
|----------|-----|
| むし歯があった人 | 27人 |
| 治療がおわった人 | 8人  |

※令和6年 4月25日実施

※令和6年 6月 3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17日～6月23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いたします。

### ●給食後の歯みがきについて

本校では、令和元年度までは給食後に歯みがきをするよう指導していました。コロナ禍に入り、給食後の歯みがきを中止していましたが、新型コロナウイルス感染症の5類感染症移行に伴い、給食後の歯みがきは自由としました。お子さんが歯ブラシ等を個人で管理できる場合は、給食後の歯みがきをして構いませんので、ご家庭でお子さんをご相談ください。

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、日かげで**休**けいする。
- ★そのときの**体調**にあわせて、無理せずです。



# プール水泳学習がはじまります



プール開き：6月11日(火)

## 楽しい水泳学習のために



## 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。