

ほけんだより 6月



令和5年6月

東小学校

保健室

～おうちの人と一緒に読みましょう～



雨の日が多くジメジメ、ムシムシする時期になりました。

梅雨の時期は、水分不足に要注意です！

暑さを感じにくいので、水分をとる回数が少なくなってしまうがちです。

水分不足になると頭が痛くなったり、お腹が痛くなったりと

体調不良になる可能性が高くなります。休み時間ごとに水分補給をしましょう★



6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です！

この期間は、いつもおいしくご飯を食べさせてくれる歯、たくさん話をさせてくれる歯、素敵な笑顔を作ってくれる歯に感謝をして、いつもよりも丁寧に歯を磨く期間です。子どもの歯は大人の歯に生え変わりますが、大人の歯は抜けてしまうと2度と新しい歯が生えてきません。そんな悲しい思いをしないよう、歯を大切にしましょう。

歯づらみからのお願いです

歯をきれいにしたあとは…

私もきれいにして

歯をみがいたあとの歯ブラシは、食べカスや歯垢など汚れがいっぱい。根元についた汚れも流水で洗いましょう。

汚れはとれても…

濡れたままにしないで

しっかり乾燥させないと雑菌が繁殖してしまいます。風通しのよい場所でブラシのほうの上に立てて保管しましょう。

たくさん働きました…

そろそろ交換を

毛先が広がったブラシでは、汚れをきちんと落とせません。1カ月を目安に交換しましょう。



6月8日(木) 歯の健康教室【3年生】

毎年、3年生を対象に歯の健康教室を開催しています。

学校歯科医の先生から歯の模型を使った指導や、歯の磨き方の指導があります。



【保護者様へ】



すべての健康診断が終了しました。終了しました健康診断の結果をお知らせします。
今回は、全部の結果を一覧表にしてお渡しいたします。

～配布したもの～

★**歯科検診の結果**・・・全員に配布しております。治療が必要な人は、早めの受診をお願いいたします。

★**内科検診、眼科検診の結果**・・・治療が必要な人に配布しております。早めの受診をお願いいたします。



～熱中症から子供たちを守ります～



職員室前の掲示板に、熱中症運動指針を時間ごとに掲示し、全教職員で情報共有を行っています。また、暑い日には放送によって随時呼びかけを行い、予防に取り組んでいます。



昇降口前に、熱中症注意報の掲示をし、子供たちへの呼びかけを行っています。外に遊びに行く際に確認している姿が見られ、熱中症への危険意識が高まっています。