



宇都宮市立泉が丘小学校
令和6年5月31日
NO. 3

梅雨の季節になりました。湿度・気温ともに高くなり、天気が変わりやすいこの時期は体調を崩しやすいので注意が必要です。衣服で調節したり、汗をかいたら着替えたりするようにしましょう。また、水分補給もこまめに行いましょう。

健康診断スケジュール

《6月》



日時	内容	学年
6/5 (水)	心臓検診	4年生
6/6 (木)	尿検査2次	該当者
6/7 (金)	内科検診	2-3, 2-4, 4年生
6/13 (木)	耳鼻科検診	全学年
	尿検査2次予備日	該当者
6/20 (木)	眼科検診	全学年



6月4日から6月10日は、歯と口の健康週間といって、歯や口の中の健康を見直す一週間です。みなさんは、普段、口の健康を意識していますか？食後の歯みがきを、いつもより丁寧にみがいてみたり、歯ブラシの状態をチェックしてみたりするなど、自分の歯と口の中の健康を守るにはどうしたらよいか考えて行動してみましょう。

①むし歯になりやすい習慣は？・・・



★食後に歯みがきをしない



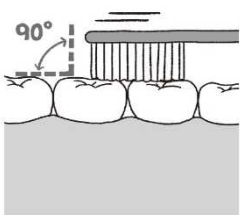
★食べ物をよくかんでいない



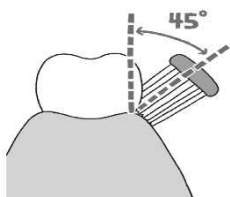
★ダラダラ食べる



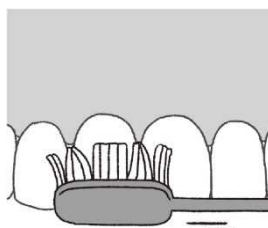
②むし歯になりやすい場所は？・・・



★おく歯のかみあわせ



★歯と歯ぐきの境目



★歯と歯の間

3つのポイント
はとくにいてね
いに！





6月10日(月)から水泳学習が始まります。健康診断で、異常が見つかった場合は、水泳が始まる前に、病院を受診しておきましょう。

水泳学習の前日は、体調を整えるよう、しっかり休むことが必要です。

スイスイがくしゅう 水泳学習の注意点



■しっかり準備運動する



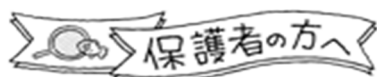
■プールサイドを走らない



■飛び込まない



■タオルの貸し借りはしない



◆◆◆歯と口の健康について◆◆◆

今年度の歯科検診結果から

	むし歯あり	歯の汚れ	歯肉炎症
1年	8人	6人	0人
2年	30人	2人	2人
3年	7人	12人	0人
4年	23人	7人	5人
5年	7人	23人	0人
6年	21人	11人	11人
合計	96人	61人	18人



歯科検診の結果、泉が丘小の約13%の児童にむし歯があることが分かりました。本校は例年、全国平均と比べ、むし歯を保有する児童が少ないです。一方で、約12%の児童が歯の汚れ(歯垢の付着)を指摘されています。

今月は、歯と口の健康週間が実施されます。学校では、保健委員会の児童が、給食時の校内放送で歯と口の健康について発表やクイズなどを行い、呼びかけをする予定です。ご家庭におかれましても、歯と口の健康について話題にしてください。

先日、歯科検診の結果をご家庭にお渡ししました。専門医での検査や治療の必要なお子様は、早めに受診されますようお願いいたします。また、C0(要観察歯)・G0(軽度の歯肉の炎症)など、専門医の指導が必要なお子様につきましても、治療をしなくても健康な状態に戻るうちに、対処していただければと思います。

◆◆◆水泳学習に向けて◆◆◆



6月10日(月)から水泳学習が始まります。下記の点について、ご協力いただきますようお願いいたします。

- ★健康診断において、受診が必要となったお子様につきましては早期に受診され適切な指導を受けてください。
- ★水泳は陸上での運動の4～10倍の運動量があるため体力を消耗します。前日には十分な睡眠時間を確保してください。また当日は、朝食をとらせていただき、健康観察を入念に行い水泳カードへの記入をお願いいたします。

