

宇都宮市立横川東小学校
令和7年度 7月号

おうちのひとと一緒に
読みましょう

7月の保健目標
暑さに負けない
体をつくろう



保健委員 小林 結芽さんの作品

けんこうしんだんけっか

健康診断結果について

4月から続いていた健康診断がすべて終了しました。歯科検診結果は全員に配付しましたが、それ以外の検診は治療を必要とする人にお知らせしました。

お知らせをもらってまだ受診していない人は夏休みを利用して治療を済ませましょう。

夏休み前に、健康票を配付する予定です。4～6月に行った健康診断の結果が記入されていますので、家庭で確認し保管をお願いします。

※色覚検査は4年生の希望者に実施し、受診が必要な人に通知しました。



熱中症に注意!

学校では夏の季節になると毎日WBGTの測定をしています。WBGTが31度以上になると外での活動は中止となります。

【熱中症を予防するには】

- のどがかわく前に水分（塩分・ミネラルも）をとる
- 運動時は30分に1回は休憩する
- 吸水・通気性の良い服&帽子を着用する
- 体調が悪いときは無理せず休む



保健委員 大塚一花さんの作品

ねんせい ぜんこくしょうがくせい たいかい さんか 5年生が全国小学生はみがき大会に参加しました！

ぜんこくしょうがくせい たいかい は くち けんこうしゅうかん あ
全国小学生はみがき大会は、歯と口の健康週間に合わせて
かいさい やく まんにん しょうがくせい さんか たいかい
開催され、約30万人の小学生が参加する大会です。

よことうしょう ねんせい さんか しにくえん しこう
横浜小の5年生も6月9日に参加し歯肉炎や歯垢について
へんきょう
勉強したり、はみがきやフロスの使い方を実践したりしました。

これから80歳で20本の歯をのこせるよう（8020運動）、自分の歯を大切にしていましょ。



ねんせい てっだ 1・2年生へのはみがきお手伝い

ほけんいいん
保健委員
がんばってます！

がつ は くち けんこうしゅうかん
6月は歯と口の健康週間ということで、1・2年生のはみがきタイムに保健委員がお手伝
いに行きました。さいしょ 最初にはみがきCDのなかででくる「犬歯」について説明し、は ちの模型と
おお は 大きな歯ブラシをつか 使ってはみがきのお手本を見せました。



「むし歯になりやすい場所」に気をつけて歯をみがこう！



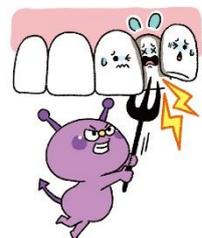
おくば あ
奥歯のかみ合わせ



は は あいだ
歯と歯ぐきの間



は は あいだ
歯と歯の間



どこぼこしているところ
でこぼこしている所