

ほけんだより 6月

令和元年6月4日
新座市立栗原小学校
養護教諭 佐藤史織

非常に暑い中での運動会でしたが、保護者の皆様の応援とご協力のおかげで、子どもたちは競技や演技に一生懸命取り組むことができました。ありがとうございました。

これから夏にかけては気温が上がるだけでなく、雨の日が増えて湿度も上がり、蒸し暑く感じます。その一方で、くもりや雨の日には気温が低くなることもあります。その日の気候に合わせて服装を調節するなど、お子様の体調を崩さないための工夫をお願いいたします。

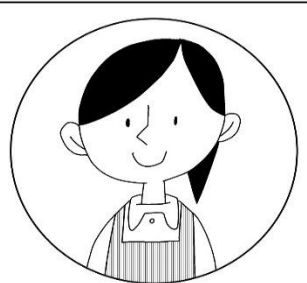
今月の保健行事

6月 3日(月)～7日(金) 色覚検査(4年希望者)



保健室に実習生が来ています！

5月20日から6月14日まで、養護教諭の教育実習をさせていただきます。十文字学園女子大学の深澤穂那美(ふかさわほなみ)です。わからないことや慣れていないこともあります。精一杯実習に励みたいと思います。短い期間ではありますがよろしくお願いします。



プール学習がはじまります

チェック & チェック

前日までの準備はOK?

- つめは切ってありますか？
- 耳のそうじをしましたか？
- 目、耳、鼻、ひふの病気は治っていますか？
- 夜は早めに寝ましたか？

今日は元気にプールに入れるかな？

- 朝ごはんを食べましたか？
- 健康観察をしましたか？
 - * 痛いところはありませんか？
 - * 熱はありませんか？
 - * 調子の悪いところはありませんか？



6月の保健目標

歯を大切にしよう

6月4日～10日は、歯と口の健康について振り返る『歯と口の衛生週間』です。

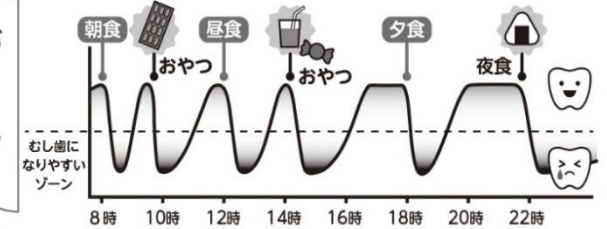
先日お配りした歯科健診の結果はどうでしたでしょうか。全校で見ると約35%の児童に、むし歯や歯肉炎などの所見がありました。仕上げみがきを卒業した児童の中には、実はよくみがけていなかった、知らないうちにむし歯があった、というご家庭もあったかもしれません。異常がある場合はもちろんですが、普段から定期的に歯医者さんの検診を受けることをおすすめします。



それ、むし歯の原因です！

甘いおやつを食べると口の中にはむし歯菌の大好きな糖がいっぱいです。この糖が長時間口の中にあると、むし歯になりやすい状態に…。

悪い例



作って守ろう間食ルール

おやつの時間を決めましょう

一度に食べる量を決めましょう

食後の歯みがきも忘れずに。

プール前に治療をお願いします！

健康診断結果で眼科、耳鼻咽喉科、皮膚科にかかわる疾病・異常(疑いも含む)がある場合、プールでの活動が制限されるおそれがあります。治療のお願いが配付されたご家庭は、内容の再確認および早期の受診・治療をお願いいたします。

なお、お子様が水泳学習に参加する際の注意事項がありましたら、学校までお知らせください。

