

ほけんだより 6月号

令和8年6月8日(月)
川崎市立末長小学校
保健室(第3号)

梅雨の季節になりました。雨が降ることで気温は下がりますが、じめじめとした湿度が高い日は熱中症に注意が必要です。自分の心身を大切にできるように、日々の生活を振り返りましょう。ご家庭でもお声がけをお願いいたします。

6月の重点目標: 歯を大切にしよう

6月から水泳学習がはじまります!

水泳は全身の発達にとっても効果的な運動ですが、思った以上に体力をたくさん使います。体調が悪いままプールに入ると、思わぬケガや事故につながり、症状が悪くなってしまうこともあります。お子さんが安全に楽しくプールに入れるよう、ご家庭でも登校前の体調チェックにご協力をお願いいたします。

★朝の健康チェック項目

☐ 体温の測定 ☐ 朝食の有無 ☐ 睡眠時間 ☐ 排便・下痢

☐ 現在の体調

腹痛 / 頭痛 / せき / 鼻水 / 吐き気 / めまい / 胸の痛み / 足のむくみ / 手足の痛み

すでに終わった健康診断で受診が必要と判断されたお子さんには、「各健康診断・結果のお知らせ」をお配りしています。水泳学習が始まる前に、医療機関での受診をお勧めいたします。お子さんの健康を守るため、ご協力をお願いいたします。

がつよ っ か と お か は くち けんこうしゅうかん
6月4日～10日は歯と口の健康週間です

下のグラフは令和7年度の歯科検診の結果です。むし歯（う歯）があると診断された児童は、全校で121人でした。令和6年度は291人だったので、むし歯のある児童の数がとても減っています。ご家庭での歯みがきやていねいなケアの成果ですね。今年度はどうなるでしょうか。一度生え変わった歯は一生ものです。毎日しっかり歯みがきを行い、むし歯0を目指しましょう！

