



令和8年5月27日  
川崎市立中野島小学校  
保健室

おうちの方へ

### 健康診断の結果のお知らせについて

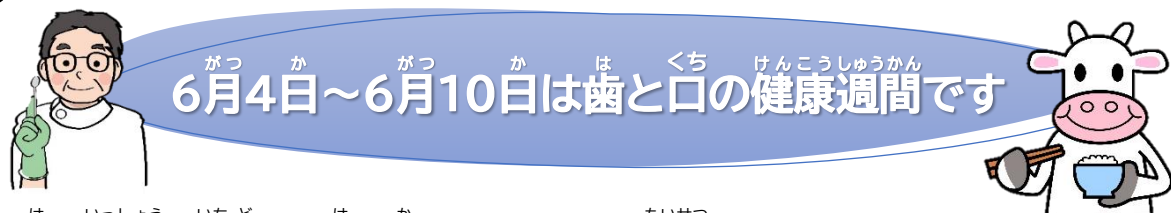
健康診断が終わったものから結果のお知らせを配付しています。歯科検診のみ 全てのお子さんに配付していますが、それ以外の健診については治療が必要な方のみお渡ししています。配付前にすでに受診をした場合は、その旨を保護者の方が記載していただき、担任へお渡しください。全ての結果については、健康診断が終わりましたら、「けんこうのきろく」にてお知らせします。

### 水筒の中身について

熱中症の対策として、前期終了までの間スポーツドリンクも可としますが、スポーツドリンクの飲みすぎには十分に気をつけるようお願いいたします。塩分とともに糖分が多量に含まれているため糖分の摂りすぎや、甘さで逆に喉が乾いてしまうこともありますので、ご注意ください。



### 6月の保健目標・・・むし歯の予防 梅雨時の健康に気をつけよう



6月4日～6月10日は歯と口の健康週間です

歯は一生に一度しか生え変わらないとても大切なものです。

先生は食べることが大好きです。健康な歯でよく噛んで食べられるように、歯をすみずみまでみがいたり、歯医者さんで診てもらったりして歯の健康を保っています。みなさんも6月に歯科検診があるので、自分の歯のみがき方を振り返ってみてください。

### うわばきの「かかと」ふんでいませんか？



朝、保健室の前でみなさんとあいさつをしていると、うわばきのかかとをふんでいる人をよく見かけます。急いでいてつい…、サイズが小さくて…など理由があるのかもしれません。かかとをふんでいるとうわばきがぬげやすく、転びやすくなります。特に階段は大きなけがにもつながるので、必ずかかとまではくようにしてください。サイズが合わなくなってきたら、おうちの人に伝えてくださいね。

### ～6月の健康診断の予定～

3日 (水) 耳鼻科検診 (1・3・5年生 全員)

2・4・6年生 抽出者)

10日 (水) 歯科検診 (1・3・6年生)

朝はみがきをしてきてね

24日 (水) 歯科検診 (2・4・5年生、前回欠席者)