

# ほけんだより

家庭数 R6-6月号

こんげつ ほけんもくひょう  
今月の保健目標

は たいせつ  
「歯を大切にしよう」

引用：健康教室 東山書房

## あめ ひ あんぜん す 雨の日も安全に過ごしましょう！

これからやってくる梅雨の時期は、雨で足下が滑りやすかったり、傘や雨具で視界が悪かったりと、けがをする危険が高まります。また雨上がりなど湿度や気温が高く、日差しが強くなるなどの環境下では熱中症になりやすくなります。気を付けなければならないことが多い6月ですが、お子さんが安全に過ごせるよう引き続き声掛けをしていきます。

### 梅雨時も健康ですぐすために

#### 食中毒に注意



予防の基本は手洗い。食事の前には石けんをつけ泡立てて洗い、清潔なタオルでふく。

#### 熱中症に注意



湿度の高い梅雨時は要注意。体育館で運動をするときには窓や扉は開け、無理はしない。

#### 事故やケガに注意

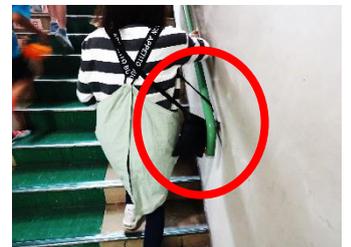


傘で視界が悪くなりがち。歩きスマホは絶対にNG。足下が滑りやすくなっているので気をつける。

### ◆「ポシェット(斜め下げ)」の使用時の注意について



最近、ポシェットをつけている児童をよく見かけます。ポシェットの中には、ハンカチやティッシュ、絆創膏などが入っており、自分だけでなく、お友達のために活用した話も聞きました。衛生面や安全面からもとても素晴らしいと感じています。しかし、斜め下げのポシェットは使い方によっては、けがに繋がる可能性もあり、時に注意をしなければならない場面もあります。ご家庭でも次の注意事項をお子さんと確認していただき、未然にけがを防いでいきたいと思えます。



子どもたちによると、トイレのドアノブに引っかかった経験もあるようです。

\* 休み時間に校庭で遊ぶ時や体育の授業など運動をする時は、教室に置くなどして外すようにしましょう。

\* 階段の手すりやトイレのドアノブなどに引っかかる可能性があるため、特に階段付近やトイレでは慌てずに行動するようにしましょう。



## ◆定期健康診断について

### 【6月の定期健康診断日程】

★印のある日は、学校医が来校して行う健診や業者が行う健康診断の日です。欠席の場合は、学校医のクリニックや専門機関を直接訪問して健康診断を受けていただくことになりますので、なるべくお休みのないようご配慮ください。

日	曜日	定期健康診断実施内容
4	火	色覚検査1年(希望者)
5	水	色覚検査6年(希望者)
6	木	耳鼻科(2・4・6年抽出)検診 ★
7	金	色覚検査4年
13	木	眼科検診 全 ※13:10開始★
20	木	歯科検診 全 ★

## ねが お願いします!

眼科検診のある6月13日に、  
**マスク**を1枚お子さんに  
持たせてください。



### 【定期健康診断結果のお知らせについて】

定期健康診断の結果、異常の疑いや疾病の疑いがあった場合には、「結果のお知らせ」の用紙をお渡ししています。用紙をお受け取りになりましたら、なるべく早く医療機関を受診していただきますよう、ご協力をお願いいたします。医療機関にてご記入いただいた「結果のお知らせ」は各担任までご提出ください。お子さんの健康な学校生活のため、ご協力をお願いいたします。

- ・視力検査、聴力検査、内科検診、耳鼻科検診、眼科検診、心臓病検診の結果については、異常の疑いや受診の勧めがあった場合に「結果のお知らせ」の用紙を通してお知らせをさせていただきます。
- ・歯科検診、尿検査の結果については、検診結果に関わらず全員に配付をいたしますので、記載内容をよくご確認ください。

## ◆6月4日～6月10日は「歯の健康月間」です!

歯は、食べ物をかみ砕いて消化しやすくする役割だけでなく、発音を助ける、表情を作る、体の姿勢やバランスを保つなど、たくさんの役割を担っています。

歯の健康のために大切なことは…

- ★ 1本1本ていねいにみがく!
- ★ 甘いものはひかえめにする!
- ★ よくかむ!(唾液を増やす)
- ★ 歯科医院で定期検診を受ける!

6月20日(木)に歯科検診があります。当日の朝は、朝ごはんを食べた後、よく歯みがきをしてから登校しましょう。

おぼえよう!

## 歯のみがき残しやすいところ

