

ほけんだより 6月

令和6年6月号
西東京市立芝久保小学校
校長
養護教諭

おうちの人と一緒に読みましょう

梅雨の季節になりました。じめじめと蒸し暑い日が増えてきます。この時期は気温差があり体調をくずしやすいので、気温に合わせて洋服を調節することが大切です。

また、水分補給や着替え・汗ふきタオルなどを用意し、夏に向けて暑さに負けない体づくりを心がけましょう。



6月の保健行事

日付	項目	対象者	持ち物・連絡
4日(火)	内科検診	1年生	【持ち物】体育着
11日(火)	歯科検診	3・5・6年生	【連絡】
20日(木)		1・2・4年生	朝、歯をみがいてきましょう。
24日(月) ~28日(金)	歯みがき週間	全学年	【連絡】 歯みがきカードを配ります。
29日(土)	学校保健委員会	5年生 保護者の方	【連絡】 助産師さんが「命の授業」をしてくださります。

もうすぐ、水泳指導が始まります

6月17日(月)から水泳指導が始まります。楽しく安全に水泳が行えるよう、今のうちから準備をしておきましょう。



目・耳・鼻に病気になる人は
お医者さんに相談しておこう

十分にすいみんをとろう

つめを短く切っておこう

しかけんしんむ 歯科検診に向けて…

しかけんしん う まえ ねが
～歯科検診を受ける前のお願い～

あさ は
朝、歯をみがいてきましょう。

※低学年の子は、おうちの人に仕上げみがきをしてもらうといいですね！



は かた
歯のみがき方のポイント！

- 1、小さざみ（小さく）に歯ブラシを動かす
- 2、軽い力でみがく
- 3、鏡を見ながらみがく



けんしん き
～検診のとき、よく聞いてみよう～

じぶん じゅんばん こうい せんせい い き
自分の順番で、校医の先生がなんと言っているのかよく聞いてみましょう！

- 【/（しゃせん）】…ここに歯があります。
- 【C（シー）】…むし歯があります。
- 【CO（シーオー）】…むし歯になりかけている歯です。
- 【O（マル）】…むし歯を治りようした歯です。



保護者の方へ

●医療機関受診のお願いについて

今月で、すべての定期健康診断が終了します。提出物や事前準備などのご協力、ありがとうございました。

さて、これまでの健康診断で「結果のお知らせ」を配布された方や、欠席されてまだ校医検診を受けていない方は、医療機関への受診をお願いいたします。特に、内科・眼科・耳鼻科検診の結果によっては、水泳指導の参加ができない場合もありますので、早めの受診をおすすめします。

●歯みがき週間について

後日、食後に歯をみがいた回数を記録する「歯みがきカード」を配布します。

6月24日（月）～28日（金）の期間、食後に歯をみがいた回数によって色分けして記録していただき、食後の歯みがきの習慣化を目指します。ご家庭でのお声掛けや仕上げ磨きなど、ご協力をお願いいたします。