

6月保健だよ

さいたま市立河合小学校
保健室
令和7年6月2日(月)

校庭のあじさいの花がきれいに色づき始めました。

さて、6月に入り、間もなく梅雨の季節を迎えます。この時期は、気温の変化が激しく、体調を崩してしまいがちです。今月は、待ちに待っていた「プール開き」があります。早寝・早起き・朝ごはんを心がけ、元気に学校生活を送れるようにしていきましょう。

また、6月4日(水)～10日(火)は「歯と口の健康週間」です。健康な歯と口を保つために、普段よりもより意識して一本一本を丁寧にみがくようにしましょう。

6月保健目標 歯をていねいにみがこう

6/4～6/10 は 歯と口の健康週間 — 河合小学校の取組 —

『歯みがきしらべ』の実施

期間：6月7日(土)～9日(月)

カラーテストを通して、みがき残しはないか、自分に合った正しいみがき方ができているかなど、おうちの人と一緒に確認しましょう。



かみかみ給食の実施

食べものをよくかんで食べると、むし歯の予防にもつながると言われています。6月の給食では、歯ごたえがある食材がたくさん出ます。よくかんで食べましょう。



全国小学生歯みがき大会参加

対象学年：6年生

「歯と自分をみがこう。」をテーマに掲げ、歯と口の健康について学びます。



「歯・口の健康に関する図画・ポスターコンクール」

「歯・口の健康啓発標語コンクール」への参加

たくさんの応募ありがとうございました。昇降口や教育相談室前に掲示しています。素敵な作品の数々をみなさんぜひ見てみてください。



6月の保健行事・お知らせ

6月 3日 (火) 心臓検診 1・4年

6月 7日 (土) ~ 9日 (月) 歯みがきしらべ (カラーテスト)

6月 10日 (火) 全国小学生歯みがき大会 (予定)

テーマ : 『歯と自分をみがこう。』

対象学年 : 6年生

ぜんがくねん
全学年



保護者の皆様へ

〈 定期健康診断の結果のお知らせ 〉

5月15日 (木) 歯科健診を実施しました。歯科健診の「結果のお知らせ」についてはお子さんを通じて配付済みです。

その他、実施済みの検査・検診の結果についても「結果のお知らせ」を配付しております。「結果のお知らせ」を受け取りましたら早めに専門医へ受診をお願いします。また、受診後は「結果のお知らせ」を担当まで御提出ください。結果について御不明な点がございましたら、保健室浜田までお問い合わせください。



〔 色覚検査の結果について 〕

希望者を対象に5月13日 (火) に色覚検査を実施いたしました。結果については、疑いの有無関係なく全員に配付しています。今回の結果を踏まえ、何かご心配なことがございましたら、眼科医に御相談ください。また、学校生活において配慮が必要な場合は、担任へお知らせください。

〔 水泳指導について 〕

1) 医療機関への受診のお願い

定期健康診断の結果、耳鼻科検診、眼科検診 (疾病のみ)、内科検診の「結果のお知らせ」がお手元にある場合は早めに受診し、医師にプールの可否を確認してください。

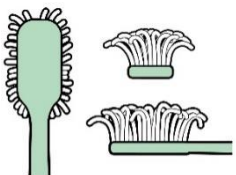
健康かつ安全に水泳指導が実施できるよう、受診の確認ができないお子さんにつきましては、水泳指導の参加を認めることができない場合もございますので、御理解・御協力のほどよろしくお願いいたします。



2) 朝の健康観察について

水泳指導当日は、保護者の方が十分に健康観察をしたうえ、お子さんに水泳カードを持たせてください。また、水泳カードの記入については、検温だけで判断するのではなく、食欲、睡眠時間、排便等、体調全般の確認をしていただき、水泳の授業の参加について判断してください。併せて、爪は短く切っているか、耳掃除はしているか等、衛生面についても定期的に確認をお願いします。

〔 歯ブラシの交換について 〕



日本歯科医師会では、歯ブラシの交換の目安を、1カ月に1回、少なくとも3カ月に1回としています。毛先が開いた歯ブラシは歯垢除去の効果が下がります。この機会に、お子さんの歯ブラシをチェックしていただき、歯ブラシの状態に応じて交換してみてもいいかもしれません。