



大野原小学校  
保健室

令和6年6月3日

6月4日～10日は

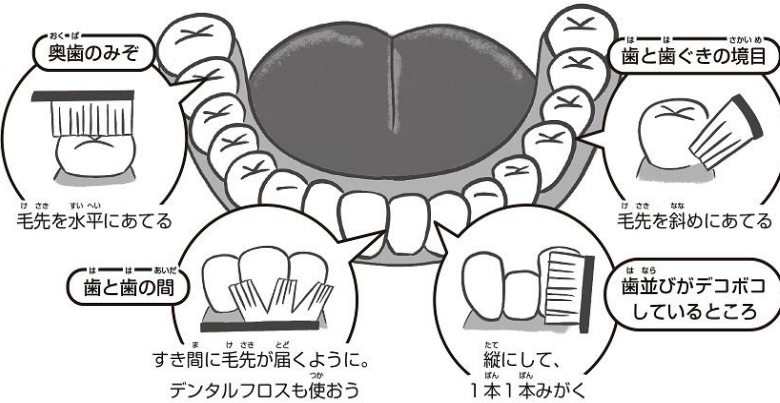
歯と口の健康週間



梅雨の季節になりました。梅雨になると湿度と温度も高くなるので、細菌が増えやすく、感染症や食中毒が心配になります。手洗い・殺菌をして身の回りの衛生に気をつけましょう。

また、6月4日～10日は歯と口の健康週間です。ふだんの歯みがきを振り返って、いつも以上にいい歯みがきを心がけたり、歯医者さんへ行って、むし歯予防をしてもらったりしましょう。

### みがかき残しやすい場所とみがかき方



- 食事の後に歯みがきをしている
- 歯ブラシを持つときは「えんぴつ持ち」をしている
- 歯ブラシは軽い力で、こきざみに動かしている
- みがかき残しやすい場所もみがかけている



- みがかいた後は鏡でチェックしている

毎日チェックして、いつもきれいな歯でいよう！

### 「健康診断の記録」をお返しします

6月3日(月)に、1学期の身体計測と視力検査の結果を記入した「健康診断の記録」を配付します。健康診断の結果、視力低下が進んでいる子、むし歯がある子が多くいました。姿勢やゲーム時間を見直したり、歯医者さんで早めに治療をしたりしましょう。

お子さまの記録を確認しましたら、表紙の1学期の欄に確認印を押印して、6月7日(金)までに担任まで提出してください。

保護者印



### 保護者のみなさまへ

健康診断の結果で、医師の所見があった場合には、健康診断の記録に治療勧告書をはさんでお渡しします。治療勧告書がはさんでありましたら、早めに医療機関を受診し、受診した結果を病院で記入してもらい、担任まで提出をお願いいたします。

受診の際、医療機関や医師によっては、見解が違い、受診しても異常がみられない場合もありますので、ご了承ください。

また、眼科・耳鼻科など、定期的に受診していたり、すでに受診していたりする場合は、次回の定期検診の際に治療勧告書に記入してもらうか、保護者のサインだけでもかまいません。

なお、病院によっては、文書料が発生する場合があります。その場合も、保護者の方が結果を記入していただいてもかまいません。受診日、受診医療機関もご記入し、提出してください。よろしくお願いいたします。





すいえいがくしゅう はじ

# 水泳学習が始まります！



6月から水泳学習が始まります。身体が疲れやすくなりますので、早めの休息を心がけ、万全の態勢で水泳学習に臨みましょう。

1～3年生は、水泳連絡カードに、水泳の○×とおうちの人の確認印がない場合は泳げません。(忘れた場合、個々への連絡はしません。) 4～6年生は、今年度から水泳連絡カードは使用しません。水泳学習に参加できない時のみ、連絡帳でお知らせください。

## 水泳連絡カードについて【1～3年生の保護者の方へ】

☆ 水泳の欄に (○・×)の記入と保護者印の欄に捺印をお願いします。

☆ 記入漏れや保護者印がない場合は泳げません。

## はい とき やくそく プールに入る時の約束

目・鼻・耳・皮膚・心臓など、気になる所がある人は、お医者さんにOKをもらってから入ろう！



準備運動、整理運動 しっかり！

持ち物には、名前を書いて忘れ物のないようにしよう。学校からの貸し出しはありません。

シャワーをあびたら、髪の毛をきれいに帽子の中に入れてよう！

水泳の前後は、「せっけんで手洗い・消毒！」



## プールに入る日は健康観察を念入りに！

水泳は、健康状態によって事故につながってしまうこともあるので、プールに入る日は、いつも以上にしっかりと健康観察をお願いします。

- ・ 熱はないか
- ・ 朝ごはんを食べたか
- ・ 食欲はいつもと同じか
- ・ きちんと睡眠をとったか
- ・ 排便をしたか
- ・ 下痢や腹痛の症状はないか
- ・ 吐き気や嘔吐はないか
- ・ 頭痛はないか
- ・ 咳、鼻水は出ていないか
- ・ めまいやふらつきはないか
- ・ 心臓がドキドキしたり、胸の痛みがあったりしないか
- ・ カツとしたりイライラしたりせず、気持ちは安定しているか



前日の体調が悪かった、家族に感染症の人がいる等、気になることは、水泳連絡カードや連絡帳、お電話でお知らせください。緊急時には、必ず連絡がつくようにお願いします。

## 〈 6月の保健行事 〉

- 3日(月) スクールカウンセラー堀間先生来校 14:00～17:30
- 7日(金) 健康診断の記録提出締め切り
- 13日(木) 内科検診(4年) 13:30～
- 14日(金) 検尿再検査者回収日
- 17日(月) スクールカウンセラー堀間先生来校 14:00～17:30
- 20日(木) 眼科検診(1・3・5年) 13:30～
- 24日(月) スクールカウンセラー堀間先生来校 14:00～17:30
- 27日(木) 内科検診(1・2・3年) 13:30～



\*清潔検査\* (月曜日)

3日・10日・17日・24日

\*フッ素洗口\* (水曜日)

5日・12日・19日・26日