

# ほけんだより



令和5年度 6月  
さいたま市立三室小学校  
保健室

運動会が終わり、1学期も残り2か月となりました。

6月はいよいよプールの授業が始まります。また、気候も夏に向けて大きく変わる時期でもありますので、御家庭での健康観察や体調管理を引き続きお願いいたします。

## 6月は歯のピカピカ月間です

三室小で次のような取組を行います。児童の歯みがきに対する意識が高まるよう、御家庭でもこれを機会に歯と口の健康について考えていただけたら幸いです。

### (1) 歯みがきテストの実施

6月1日(木)～6日(火)の間に御家庭で取り組んでください。用紙と錠剤を5月31日に配付します。家庭で実施後、感想を記入し、6月7日(水)までに担任へ提出してください。1年生には、児童用と保護者用に2錠配付します。親子で歯みがきテストに取り組んでください。

### (2) 図画コンクール・標語づくりの取組

1～3年生は「歯・口の健康に関する図画・ポスター」を作成、4～6年生は「歯の健康に関する標語」を書き校内に掲示します。

### (3) 児童保健委員会の取組

児童保健委員会では、保健朝会(6月23日)で発表を行います。三室っ子が健康に過ごせるように、児童保健委員会の子どもたちがクイズの内容を考えて発表を行います。

### (4) 全国小学生歯みがき大会への参加(5年生)

6月5日(月)に「第80回 全国小学生歯みがき大会」に5年生が参加します。小学生のうちから歯と口の健康に対する「気づき」を与え、健康意識を育むことを目的に行われます。歯肉炎予防のための健康な歯ぐきの見分け方、ハブラシやデンタルフロスの必要性や使い方について学び、歯みがき習慣の定着を図ります。



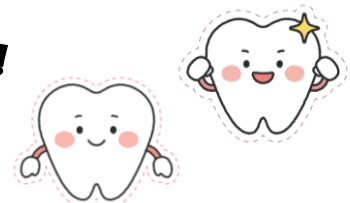
～ おやくそく ～



① あまいのもの・たべものにちゅうい!

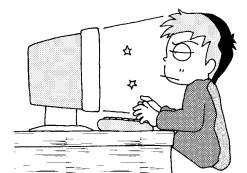
② おやつはじかんをきめて!

③ たべたらはみがき



## <学校保健委員会のご案内>

6月29日(木)15:30より、本校体育館で学校保健委員会を開催します。今年度は、さいたま市教育委員会の方を講師にお呼びし、「メディアリテラシー出前講座」を行います。詳細は、5月25日にお配りしたお手紙を御覧ください。たくさんのご参加お待ちしております。



参加されない方でも、講師の方に質問等がある場合はぜひ用紙を御提出ください。

6月の歯科検診予定	6月14日(水)	15日(木)	27日(火)
	なかよし・1年 3-1、2、3 9:00~ 島田先生	2年、4年、6年 9:00~ 橘田先生	未済者・5年 3-4、5 9:00~ 島田先生



## 【定期健康診断の結果について】



5月のほけんだよりでもお知らせしたとおり、校医検診で疾病や異常の疑いが見つかったお子さんには健康診断結果のお知らせを配付しています。お子さんが健康に過ごせるよう、受診をお願いいたします。内科、耳鼻科、眼科の疾病でお知らせをお渡ししたお子さんにつきましては、疾患が完全に治っていないと水泳学習に参加できない場合もあります。水泳学習が始まるまでに受診してください。

心臓検診(1, 4年)、尿検査、内科、耳鼻科、眼科の検査・検診を受けて、お知らせが配られなかったお子さんは異常なしです。御不明な点がありましたら、担任または養護教諭まで御連絡ください。

# プールにむけての準備をしましょう

## 1. プールが始まる前



病気がある人は  
主治医に相談する



## 2. プール前日



爪は短く切る



耳を掃除する

## 3. プール当日の確認



たっぷり寝る



朝ごはんを食べる



体調を確認

☆朝の健康観察を十分をお願いします。

☆以下の場合はプールは入れません。

- (1) 発熱しているとき
- (2) 下痢をしているとき
- (3) 胃痛、腹痛、頭痛、喉の痛みがあるとき
- (4) 目が赤い、目やにが出ているとき
- (5) けがや病気があるとき
- (6) 朝食抜きや睡眠不足のとき
- (7) 気分が悪く、寒気があってだるいとき