

ほけんだより 6月

令和8年6月2日

北区立王子第三小学校

校長

養護教諭



6月は雨の多い時期です。夏にむけて、気温が高くなるだけでなく、湿気も多いのでじめじめとむし暑い日が続きます。季節の変わり目で、朝晩は冷えることもあるので、体調を崩さないよう規則正しい生活をし、梅雨のじめじめに負けず、元気にすごしましょう！



もくひょう 歯を大切にしよう

6月4日から6月10日は『歯と口の健康週間』です。歯と口の健康週間は、自分の歯と口の健康を考える大切な時間です。歯みがきをするとき、鏡で自分の歯と歯ぐきの様子をよく見てみてください。歯は何本生えているかな、むし歯はないかな、歯ぐきははれていないかな…など、チェックしてみてください。

また、6月4日に歯科検診があります。歯科検診の結果から、自分の歯と口の様子をしっかりと知るようにしましょう。一生使う大切な歯です。歯みがきをていねいに行う習慣を身につけましょうね!!

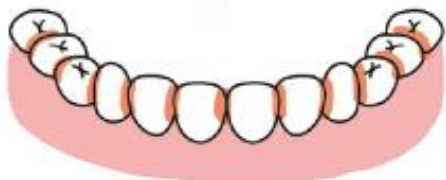


みがきのこしが
起きやすい場所

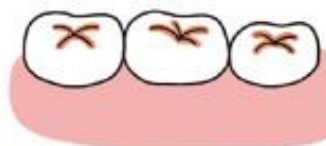
歯の高さが違うところ



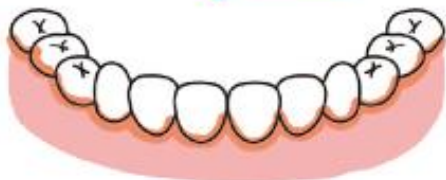
歯と歯の間



奥歯のみぞ




歯と歯肉のさかい目



歯のうら側



★6月保健行事★

	保健行事	お願い
6月		
2 (火)	尿検査二次回収 (対象者) 	★就寝前に必ず排尿し、朝起きてすぐの尿をとってください。 ★一次検査未提出の人も提出してください。
3 (水)	尿検査二次追加回収 (対象者)	★就寝前に必ず排尿し、朝起きてすぐの尿をとってください。 ★一次検査未提出の人も提出してください。
	全国小学生歯みがき大会 (6年生)	★割れないコップ、ハンドタオルを持ってきてください。(紙コップ可)
4 (木)	歯科検診 (全学年)	★朝、しっかり歯みがきをしてきてください。
9 (火)	岩井自然体験教室事前健診 (5年生) 13:00~	★検温を行い、健康の記録を忘れずにもってきてください。 ★宿泊に持参する薬(酔い止め以外)を持ってきてください。

水泳指導が始まります！！

6月8日(月)から水泳指導が始まります。安全な水泳の学習ができるように、保護者のみなさまには、以下のポイントを中心に健康管理・観察をお願いします。

- 爪切り、耳掃除はしてあるか。
- 前日よく眠れたか。
- 朝ごはんはしっかりと食べられたか。
- 当日朝の体調はどうか(発熱・頭痛・腹痛・のどの痛み・だるさ等ないか)。



また、内科・耳鼻科・眼科健診でお知らせをもらったお子さん、内科・耳鼻科・眼科健診を欠席等で未受診のお子さんは、必ず専門医を受診してください。場合によっては水泳の学習に参加できないことがあります。感染症の蔓延や症状の悪化を防ぐため、受診をお願いします。

お子さんが水泳の学習に参加する際の注意事項等(医師からの指示等)ありましたら、必ず学校までお知らせください。よろしくをお願いします。

★保護者の方へお願い★

6月4日(木)に歯科検診を行います。歯科検診の結果を「**歯科健康診断結果のお知らせ**」(黄色)として配布いたします。お知らせをもらった方は、早めの受診をお願いします。今回の検診で異常の疑いがない児童には配布しません。引き続きご家庭で口腔ケアを続け、気になることがあった場合は、歯科医にご相談ください。



6月の歯科検診が終わると、定期健康診断がすべて終了となります。健康診断の結果で気になること、相談したいこと等ありましたら、お気軽に保健室までお越しください。