

ほけんだより 6月

令和7年6月号
国見小学校保健室

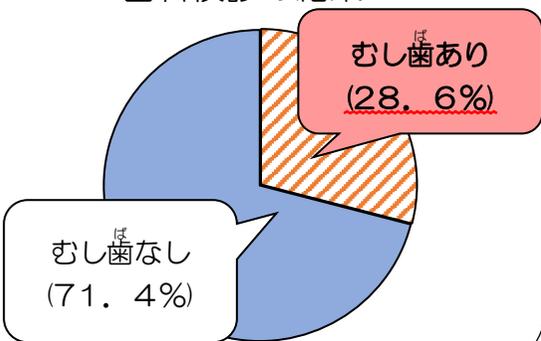
あつという間に6月になりました。梅雨の時期に入ると、今まで以上に気温と湿度が高くなったり、天気が変わりやすくなったりします。服装を考えながら、体調管理に気をつけて過ごしましょう。雨の日は、くつ下のかえやタオルを持って来るなど工夫して、上手にのり切りましょう！

今月の保健目標
歯を大切にしよう

★歯科検診の結果より



歯科検診の結果



5月9日(金)に実施した歯科検診の結果です。去年と同じく、むし歯ありの児童が28.6%でした。また、要注意乳歯や歯石がある人もいました。放っておくとどんどん悪化していきます。治りようが必要な人はなるべくはやく病院に行きましょう！また、給食後には歯みがきをして、むし歯や歯周病を予防しましょう！

★6月の予定 ~体重測定と歯の保健指導について

体重測定と、カラーテスターを使って、歯の染め出しを行います。(かもめ学級は染め出しを行わない予定です)

【日時】

1・2年生	6月3日(火)	5時間目
3・4年生	6月5日(木)	5時間目
5・6年生	6月11日(水)	3時間目
かもめ学級	6月9日(月)	5時間目



【必要なもの】

- よごれてもいいタオル 1つ(フェイスタオル)
- せんたくバサミ 2こ

★プール学習がはじまります

いよいよみなさんが楽しみにしているプール学習がはじまります。安全で楽しいプール学習のために、次のような約束を守ってください。確認してチェック☑しておきましょう！



おうちでは…

- 持ち物に名前を書く
- 早くねる
- 朝ごはんを食べる
- 耳そうじしておく
- つめを短く切っておく

登校前に…

- 体温をはかり、健康観察をする
- プールカードを記入して、おうちの人のサインをもらう

プールでは…

- はしらない
- ふざけない
- 先生の話聞き



プールに入る前は…

- 準備体操をていねいにする
- シャワーをしっかりとあびる

プールの後は…

- シャワーをしっかりとあびる
- 手あらい・うがいを



~保護者のみなさまへ~

プール学習について

健康診断結果で眼科・耳鼻咽喉科に未受診の場合、プール学習に支障をきたす場合があります。念のために、早めに病院受診をお願いいたします。



熱中症予防の水分補給について

暑さが増し、熱中症のリスクが高まっています。熱中症は命に関わる疾病であるため、対策として水分を多めに用意していただくようお願いします。また、必要に応じて、お茶とは別にスポーツドリンクを持ってくることもかまいません。ただし、量は500mL までにしてください。ペットボトルで持ってきた場合は、空の容器は各自持って帰るようお願いします。