

ほけんだより 6月

2026. 6. 1
No. 3
大徳小学校保健室

毎年6月4日(木)～6月10日(水)は、6(む)・4(し)にちなんで、「**歯と口の健康週間**」となっています。
一生使う歯の大切さについて特に考え、
日頃の歯みがきの習慣を見直す機会にしましょう。



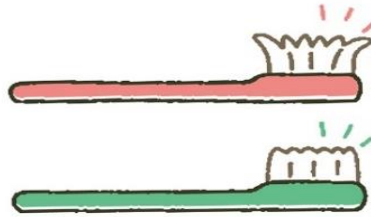
6月の保健目標
歯を大切にしよう

じょうずな歯みがき、できている？



みがくタイミング

食後と寝る前には必ずみがこう。特に寝る前は、むし歯予防にとっても大切。



自分に合った歯ブラシ

清潔な歯ブラシを。毛先が広がったら交換。自分の口に合うサイズと硬さを選ぼう。



じょうずなみがき方

1本ずつ軽い力で小刻みに。歯と歯肉の境目、歯の裏側、歯と歯の間などを意識しよう。

歯みがきヒーロー参上！
得意技：歯みがき！！



4年生の保護者の方へ 全国小学生歯みがき大会に参加します！

歯と口の健康や歯肉炎について大会 DVD を観て学びます。配付するリーフレットのQRコードから、歯のみがき方の動画が確認できるようになっています。4年生で実施後にリーフレット、歯ブラシ、咀嚼力判定ガムを持ち帰りますので、ぜひご家庭での復習にご活用ください。

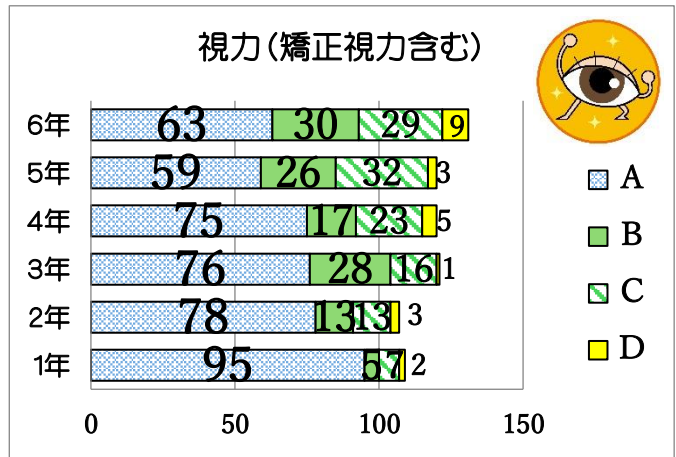
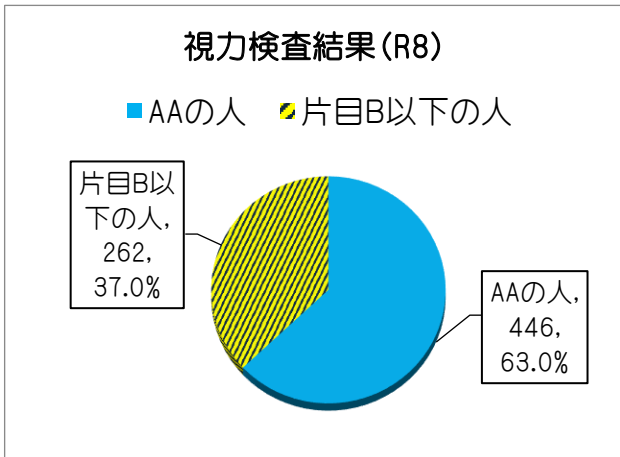
の ちゅうい スポーツドリンクの飲みすぎに注意！！

たくさん汗をかく夏の水分補給に便利なスポーツドリンク。スポーツドリンクには、たくさんのお砂糖が入っているため、飲み過ぎるとむし歯や体調を崩してしまうこともあります。いつもは水やお茶で、たくさん汗をかきそうな日にはスポーツドリンクにするなど、飲み方を工夫するとよいですね。



しりょくけんさけっか 視力検査結果

かため はんてい い か ひと ぜんごう じん
片目が判定B以下の人は全校で262人でした。



保護者の方へ 早めの受診・対応をお願いいたします。

各検診や視力等の健康診断の結果のお知らせをした後、早めに受診し、「受診報告書」を提出して下さるご家庭が多く、安心しております。速やかな受診・対応はお子様の様々な学習や活動の充実に繋がります。引き続きご協力をお願いいたします。

がくしゅう プール学習がはじまります!

がつ にち きん 6月12日 (金) はプール開きです。あんぜん たの 安全に楽しむために、した え のようなことにきをつけましょう。



プールサイドを
走らない



排水溝にはさわらない



勝手に飛び込んだり、ふざけて
人を押したりしない



あたま はっせい ちゅうい 頭ジラミの発生にご注意ください!

これから夏にかけて、頭ジラミに感染しやすい時期です。

お子様の定期的な頭髪のチェックと毎日の清潔に気をつけてください。

感染防止のためにも、プール学習中のタオル、ヘアブラシ、水泳帽の

貸し借りはやめましょう。頭ジラミの成虫、卵を見つけた場合は、

学校までお知らせください。

