



ほけんだより 4 月

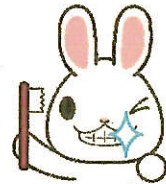


No.1

令和5年4月7日
長崎市立深堀小学校
保健室 木下 華子

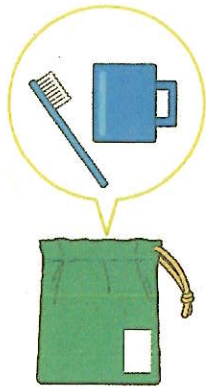
2～6年生のみなさん、進級おめでとうございます。みなさんはどのような春休みをすごしましたか？
新しい教室で新しい先生方との学校生活が始まりましたね。新しい学年のスタートを気持ちよくさせるように、生活習慣をしっかりと整えて生活するようにしましょう。

がっこう は 学校での歯みがきについて



歯みがきについて深堀小学校では、新型コロナウイルス感染症がはやってから、したい人だけする、という方法になっていました。まだまだコロナウイルスの感染は続いています。コロナウイルスとうまく付き合っていこうという社会の流れに変わってきています。4月からは学校でもマスクをつけるかどうか、個人で決めるようになりました（歌うときや給食の準備のときなどはつけます）。

歯みがきは、むし歯をふせぐだけでなく、歯ぐきの健康や口の中の清潔、そして体全体の健康にもかわる大切なことです。今までしていなかった人もいますが、これからはコロナの感染予防をしながら、給食のあとの歯みがきもするようにしましょう。



じゅんび 準備するもの

- ① 歯ブラシ
- ② コップ
- ③ きんちやく

せいけつ 清潔をたもてるように、まいしゅう 毎週

きんようび も かえ 金曜日には持ち帰って、おうちで

きれいに洗うようにしましょう。

あんぜん は 安全に歯みがきをするためのルール

① ともだち 友達とのきよりをあける



② くち 口をとじてみがく



③ しゃべらずにみがく



④ しずかにはき出す





●保健関係文書の提出について

次の文書を配付しています。保健調査票については、児童の健康を把握する大切な資料となりますので、詳しくご記入ください。また、緊急連絡先に変更がある場合は、必ず書きかえていただくようお願いいたします。どの文書も、健康診断で使用する資料となりますので、お忙しいところお手数をおかけいたしますが、期日までにご提出をお願いいたします。

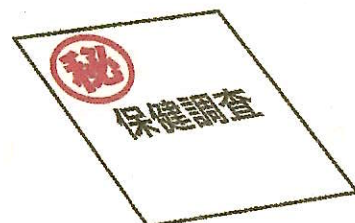
- ① 保健調査票 ② 結核問診票 ③ 心臓病調査票（1年生のみ）

<提出期限>

1年生 …… 4月17日（月）

2～6年生 …… 4月12日（水）

*個人情報保護のため、ピンクの封筒に入れてご提出ください。



●歯みがきの再開について

表にも記載していますが、深堀小学校では給食後の歯みがきを学校全体で再開することになりました。歯ぶらし・コップ・巾着（歯みがきセット入れ）のご準備をお願いいたします。感染対策などに不安がある場合などは無理に歯みがきをする必要はありませんが、歯みがきは口腔内の健康だけでなく全身の健康のためにも大切なことです。少しずつ、日常が戻ってくるとうれしいですね。



今年度もお世話になります。養護教諭の木下です。
どうぞよろしくお願いいたします。