

ほけんだより

令和8年6月1日
小ヶ倉小 保健室

雨が多い季節になりました。気温や湿度が上がり、体調を崩しやすくなる頃です。生活リズムや体調管理に気をつけましょう。

6月4日～10日 歯と口の健康週間です。

今年の重点目標は「歯みがきは体を守る最前線」です。小ヶ倉小でも次の3つのことに取り組みます。

- ① 6月3日からフッ化物洗口の開始（2～6年）。
- ② 給食後の歯みがきタイムを全校そろって行う。
- ③ 保健委員会作成の歯みがきカレンダーを配布。

歯みがきカレンダーを今年度も保健委員会が作成しました。1年～3年までは、夜の歯みがきは、御家庭で『しあげみがき』を行っていただきたいと思います。奥の歯や、歯の裏側など自分ではなかなかみがけないところをみがいていただくことで、お子様の歯の状態も見ることができます。親子で取り組んでいただけるといいなあと思います。

高学年は、デンタルフロスなどを使うのもいいですね

今年も、熱中症情報（暑さ指数）を掲示しています

運動会前から、気温が高い日が続いていました。先日暑さ指数を見た2年生の「あ～今日は厳重警戒だあ」と話している声が聞こえました。昼休みに遊べなくなるのは、子供たちにとっては、一大事。

朝からの時間や昼休みに外遊びをするのを子供たちはとても楽しみにしています。外遊びでの帽子着用はもちろん、暑さ指数が高くなった場合は、「水分補給」「汗拭きタオル」の持参も呼びかけています。気温の高い日が続きます。御家庭でも体調管理について話をしていただければと思います。

☆昨年度1年間、暑さや災害から身を守るため、登下校中の帽子の着用も重点指導としていました。今もほとんどの子供がかぶってきています。今年度もご協力お願いします。

6月のスクールカウンセラー来校日(吉岡先生)

15日(月) 午前 9:30～11:00

22日(月) 午後 13:30～15:30

子どもさんのちょっとしたことが気になる、子育ての悩みがあるなど気軽に相談ができます。申し込みは担任もしくは保健室成安まで。

定期健康診断が終了します。

治療のアドバイスを渡しています。早めの病院受診をお願いします。