

# ほけんだよりの日

玉井小学校  
保健室

暑い日があったり、肌寒い日があったりと、体調を崩しがちになります。夏本番の前に、気候の変化に身体を慣らしていきましょう。日ごろからバランスのよい食事や睡眠をしっかりととり、元気に過ごしていきましょう。

## 6月のスケジュール

日(曜日)	項目	対象学年
1(金)	内科検診	4年生
6(水)		2年生
8(金)		5年生
13(水)	眼科検診	6年生
5(月)		1・4年生 他学年(アンケート抽出)
29(金)	小児生活習慣病予防検診	4年生希望者



## 6月1日～11日は歯と口の健康週間です

歯と口の健康週間とは、歯の健康について改めて考えたり、行動したりする期間です。玉井小学校では、下記のような取り組みを行います。

- ① 歯みがきテスト(6/1～4) 各家庭で実施 ※6/5 提出
- ② 歯と口の健康に関する作品制作
- ③ 学校歯科医によるブラッシング個別指導
- ④ 5年生学童歯みがき大会(6/4) ※当日タオルと手鏡を持ってきてください。
- ⑤ 歯についての授業
- ⑥ 歯みがきカレンダー(6/4～10) ※6/11 提出



～保護者の皆様～

5月末で歯科健診は終了します。歯科健診の結果は、健診を受けたお子さんに全員にお知らせします。むし歯は時間とともに進行してしまいますので、お手元に結果が届きましたら、夏休みまでに治療を済ませるようお願いします。

## プール学習が はじまります

前日までの  
準備はOK?

- つめは切ってありますか?
- 耳のそうじをしましたか?
- 目、耳、鼻、ひふの病気は治っていますか?
- 夜は早めに寝ましたか?

今日は元気に  
プールに入れるかな?

- 朝ごはんを食べましたか?
- 健康観察をしましたか?  
\*痛いところはありませんか?  
\*熱はありませんか?  
\*調子の悪いところはありませんか?

## できているかな?トイレの使いかた

ねらって 落とそう

一歩、前へ。

**トイレ**

みんなが気持ちよく  
利用するため

レバーを押して

しっかり、流す

よごしたら、すぐ、ふきとり

かわいちゃうと、そうじが大変!!

スリッパをそろえよう

“グッ”と1回!  
ダメ→もう1回!!  
レバーをおす!!!

### トイレト紙も資源!

一回平均80cm だそうです。  
点線と点線の間が10cmなので、8回以内にしてエコしましょう。