



# ひだまり

令和7年度7月号  
楠浦小学校保健室  
～おうちの人と見ましょう～



ほけんもくひょう なつ げんき  
**7月保健目標:夏を元気にすごそう!**



きそく  
**規則正しい生活をしよう!**

7月になり、夏本番です。熱中症対策を十分に行って、暑い夏を乗り切りましょう!

## ♪6月4～10日の歯と口の健康週間より♪

先月は歯と口の健康週間がありました。1年生から6年生まで歯の学習を行いました。1～4年生は、栄養教諭の池田先生やこども家庭センターの歯科衛生士森本さんに講話をしていただき、6年生は染め出しを行い、どこに歯垢がついているか、自分で確かめながら歯みがきをすることができました。普段の歯みがきも、ていねいにしましょう。

また、5年生は「全国小学校歯みがき大会」にDVD視聴にて参加しました。歯ブラシやデンタルフロスのプレゼントもあったので、ぜひおうちで使ってください。



お話をしっかり聞いて、クイズに答えました!



歯に良いおやつ・良くないおやつはどれか考えました!



かがみ  
鏡を見ながらていねいにみがきました!



5年生はDVDで歯周病や歯肉炎について学びました。フロスを使って歯と歯の間もきれいにしました。

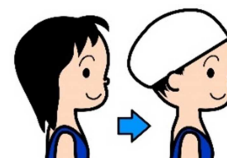
## プールが始まっています!

今年度もプールの授業が始まりました。しっかり泳ぎ方を習ったり、水に慣れたりとしてほしいと思います。また、プール学習における安全・健康上の注意点がありますので、以下の点を守ってください。

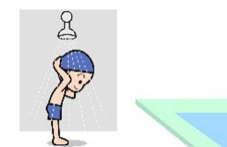


### ☆プールでのマナーやルールについて☆

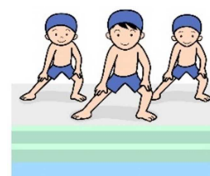
髪は帽子の中に入れる



プールの前後はシャワーできれいに体を洗う



準備運動をしっかりする(けが防止)



体調が悪くなったらすぐ先生に言う



プールにはゆっくり入る



爪を切っておく(人を傷つけないように)



プールサイドはゆっくり歩く



プールでの事故は命に関わります。決してふざけず、担任の先生の指示をよく聞きましょう。

### ～予防接種についてお知らせ～

小学生を対象とする予防接種は、下記のとおりです。予防接種法で定めた接種期間を過ぎると任意での摂取となります。まだ接種がお済みでない場合は、疾病予防のためにも早めに接種を受けられるようお勧めいたします。

**1)日本脳炎第2期 : 小学4年生対象**

**2)二種混合第2期 : 小学6年生対象**

