



令和7年6月2日
龍ヶ岳小学校 保健室

運動会が終わり、6月になりました。梅雨の時期になると、ジメジメした過ごしにくい気候に気持ちがずんずんしてしまう人もいかもしれません。きれいに色づくあじさいや雨音、梅雨の時期の生き物に目を向けて見るといいかもしれませんね。6月も元気にすごしましょう！



覚えておこう！ プールの約束

楽しいプールの時間でも、約束を守れないとケガや病気の危険もあります。ルールを守って安全に過ごせるように注意しましょう。

準備運動をする

プールサイドを走らない



タオルの貸し借りをしない

飛び込まない

ふざけない

無理をしない

けがなく、楽しいプール学習ができるように、「早ね・早起き・朝ごはん」を心がけて、体調を整えておきましょう！プールがある日は、おうちの人と体調のかくにんをしましょう。プールカードに記入をして担任の先生へ提出してください。わすれものはないか、つめはみじかく切っているかのかくにんもわすれずに！！



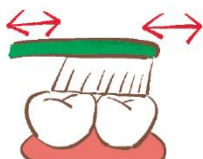
できているかな？

正しい歯のみがき方

せっかく毎日歯みがきをしていても正しいみがき方ができていないと、みがき残しが多くなって口の中でむし歯菌が増えてしまいます。次の4つを意識してみましょう。



軽い力で
えんぴつ持ち



こきざみに
動かす



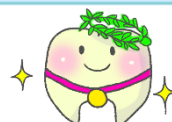
歯ブラシの毛先を
歯の面にあてる



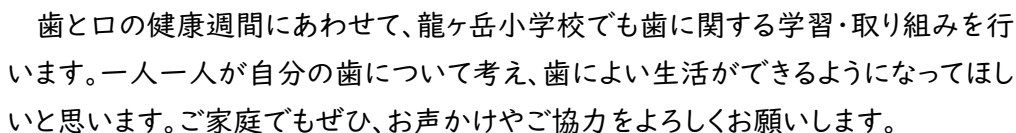
鏡を見ながらみがいて、
みがき残しをチェックする

*歯っぴーカレンダーの取り組みが9日(月)からはじまります！

正しいみがき方でピカピカの歯を目指しましょう！



A decorative border featuring a repeating pattern of stylized flowers and leaves in shades of purple, blue, pink, and green.



○準備物：歯ブラシ、コップ、汚れてもいいタオル（服が汚れないように首の部分にかけます。）

歯みがき習慣の定着に向けて、6月9日（月）から1週間、歯っぴーカレンダーの取り組みを行います。
詳しくは歯っぴーカレンダーを9日に配付しますのでご確認ください。「保護者の方から」の欄に、ご家庭での様子や取組についてコメントや感想等をいただけると大変助かります。お手数をおかけしますが、ご協力のほどよろしくお願いいたします。**提出日は、16日（月）です。**

本日、歯科検診の結果を配付しています。むし歯や受診勧告がある場合は、早めの歯科医院受診をよろしくお願いします。受診の際に、歯科検診結果のお知らせを受付に提出し、検査・治療状況を記入していただきその後、学校へご返却ください。封筒は今後も使用しますので、学校にご返却ください。



6月より、ノーメディア・読書タイムデーの取り組みを実施します。メディアと生活習慣について考える機会にすること、メディアの使い方をコントロールし、読書に親しむことを目的として、保育園、小学校、中学校で連携して取り組んでいきます。家庭掲示用のチラシをお配りしますので、ご活用ください。また、学期末には保護者の方より取り組みの様子や感想等コメントまたはサインをチェック表にご記入ください。お子さまの望ましい生活習慣の確立を目指し、学校と家庭で連携して取り組んでいきたいと思っておりますので、ご協力をよろしくお願いします。

[illegible]