

ほけんだより7月

養護教諭
下西 美保

7月の保健目標：熱中症をよぼうしよう



熱中症の予防対策ができているかな チェック

あてはまる すうじを 足してね	はい
はやね はやおきを 心がけている	1
バランスの良い、食事をしている	1
外に出るときは ぼうしをかぶっている	1
風通しの良い 服を着るようにしている	1
のどが かわく前に 水分をとっている	1
合計5点満点	点



きびしい暑さです 登下校の熱中症予防対策の強化をお願いします

安心メールでもお伝えしましたが、夏休みまで気温がとても高い日が続きます。
登下校時、日がさや、冷却グッズ(冷却タオル、クールリングなど)をご活用ください。
下校前には、水筒の補充、冷却グッズの冷却【タオルは濡らす、クールリングは水に15分程浸す】
を声かけいたしますが、ご家庭でも、登下校時の対策について、お話しされてください。
また、汗をかき、あせも等の皮膚トラブルも見られます。汗を拭くタオルや、必要に応じて着替えをお持ちください。

□ プール学習の準備

プール学習が始まっています。安全に行うために体調を整えましょう。
先生たちは、プールの授業に合わせ、心肺蘇生法の訓練を毎年行い、万が一の場合に、みんなの命を守る準備を整えています。



プール学習を安全に行うための約束



睡眠をたっぷり取って
体調を整える。



朝ごはんを食べて、
しっかり栄養をとる。



朝、健康チェックをして
体の様子を確認する。

は くち けんこうしゅうかん
 歯と口の健康週間

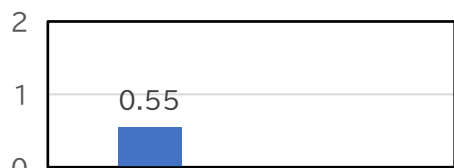


は くち げんき ほうほう ぜんがくねん がくしゅう しゃしん とお いっしょうけんめい と く
 歯と口の元気をたもつための方法について、全学年、学習しました。写真の通り、一生懸命取り組
 んでくれました！一生、えがおで、楽しく、おいしく、食べるためにも、毎日の歯磨きをていねいにしま
 しょうね^^ また、かかりつけの歯科医での定期健診を 行いましょう！

し か けんしん けっか
 □ 歯科検診の結果について

がつ にち はいふ ようじゅしん ばあい にゅうし ばあい はや じゅしん おねが
 7月4日に配布しました。要受診の場合は、乳歯の場合も、早めの受診をお願いいたします。

ひとりあたりのむし歯の数



※令和5年12歳の結果

※治療した歯もふくむ

は いしや
 「歯医者さんがこわい！」について

がっこうし か い えとうし か いいん えとうたかみせんせい そうだん えとうし か
 学校歯科医の江藤歯科医院 江藤崇文先生に相談しました。江藤歯科
 医院では、歯医者さんがこわい子どもたちのために、「今日は、診察室を
 みるだけで OK！」など、少しずつ歯医者さんになれてもらう取組みをさ
 れているそうです。は くち げんき たも どりく
 歯と口の元気を保つためのパートナーである歯
 いしや な した ほうほう は いしや そうだん
 医者さんに、慣れ親しむ方法を、ぜひ、かかりつけの歯医者さんに相談さ
 れてみてください^^

