

# 保健だより

平成25年6月号

練馬区立旭丘小学校

もうすぐ水泳指導が始まります。



心と体の準備は大丈夫ですか？

お子さんは水泳を楽しみにしていますか。体の様子はどうですか。

耳鼻科・眼科・内科の「受診のおすすめ」をもらった人は、水泳の許可を7日までにもらい「受診報告書」を必ず提出してください。

水泳が始まったら、手や足の爪は短く切ってあるか皮膚の様子や頭ジラミはないかなど、チェックしてください。また朝の健康観察もよろしくをお願いします。



6月4日～10日は「歯と口の衛生週間」です。

歯科健診の結果、お知らせをした人は全校で42%でした。(去年は57%でした)むし歯は予防できる病気です。むし歯にしないためには、毎日の歯磨きが大切です。特に、夜は1本1本ていねいに磨きましょう。小学生は、大人の歯に生え替わる大事な時期です。大人の歯をむし歯にしないようにしましょう。また、よく噛んで食べると唾液が出て、むし歯予防につながります。しっかり食べることも大切です。

むし歯のない人と治療済みの人によい歯バッチを6月4日(むし歯予防デー)に配布します。早く治療して全員もらえるようにしましょう。締め切りは12月25日までです。

健康診断が終了します。

健康カードを20日頃お渡しします。成長の様子を成長曲線や肥満度表に照らし合わせて見てください。記入の間違いや気になることがありましたら、ご連絡ください。

ご覧になりましたら押印の上6月25日(火)までにご提出ください。ご協力お願いいたします。

## 6月の保健行事

6日(木) 歯科指導(歯の学習) 6年

17日(月) 移動教室前日健康診断 6年(健康カードを持参)

20日(木) 歯科指導(歯磨きについて) 1年、2年(ハブラシ、タオルを用意)



## お願い

これから暑くなります。ハンカチ、汗ふきタオルを持たせてください。

6月は、年間の保健室利用の中でけがや病気が一番多い月です。

生活リズムを整えて元気に過ごせるようにしましょう。

