



平成28年 6月 1日

練馬区立旭丘小学校

No.3 **家庭数配布**

《6月の保健目標》

歯を大切にしよう！

6月は梅雨の季節。湿度が高く蒸し暑くて、気分が優れなかったり、体調が悪くなったりする人もいます。体調管理をしっかりして、元気に梅雨を乗り切りましょう。



6月4日～10日は 歯と口の健康週間！

子供のむし歯は減少傾向にありますが、最近では歯肉炎が増加していると言われています。いずれも原因は歯垢です。「毎日ていねいにみがく」が予防対策となります。

学校では給食後の歯みがきに取り組んでいます。歯科健診前に、歯みがき強化週間(5/20～27)を設けましたが、お子さんの様子はいかがだったでしょうか？ご家庭では朝晩の歯みがきを！習慣にしていきましょう。まずは歯から…、「自分の健康は自分で守る」という意識を育てていきたいですね。

歯科保健指導があります！

6/2(木)→→1・2年生

6/9(木)→→3・4年生

6/16(木)→6年生・あさひ

*5年生は12月に実施します。

必要物品を忘れずに！！

裏面参照 →



よい歯バッチが届きました！！

歯科健診で「むし歯なし」と診断された子に、6月6日によい歯バッチを配ります。「むし歯を治した」と受診報告書を提出した子にも配ります。今年度の最終配布は、9月30日です。「むし歯あり」だった子もまだ間に合います。歯科健診でむし歯のあった子は、早期治療に努めましょう。むし歯は放っておいても治りません。

今年のよい歯バッチは何色か？ どんなバッチか？ お楽しみに・・・！

6月20日から水泳指導がはじまります！！

子供たちは水遊びが大好きです。しかし学校の水泳指導はただ楽しい水遊びではありません。学年に応じたためあてやきまりがあります。安全で楽しい水泳の時間となるように、各自が自分の健康とルールを守る気持ちをもつことが大切です。入水することで体調を崩したり、他人に病気をうつしてしまったり…、「命」の危険が伴うものでもあります。空腹や睡眠不足の状態での参加はやめましょう。

お子さんの健康管理、朝の健康観察をお願いします。

定期健康診断で受診勧告を受けた子は、専門医を受診し「水泳の可否」の確認をお願いします。水泳指導が始まるまでに内科・耳鼻科・眼科の受診報告書の提出を忘れずに！子供たちが楽しく水泳の学習に取り組めるようご家庭でも応援、ご協力をお願いいたします。



1・2・3・4年生・あさひ学級のみなさん

歯みがきしどうのための 8つの道具

①ハズラシ (ふだん使っているもの)

*電動やけいたいフズラシは
もってこないで下さい



②コップ (うがいよう)

*200cc入るたおれ
にくいもの



③手かがみ



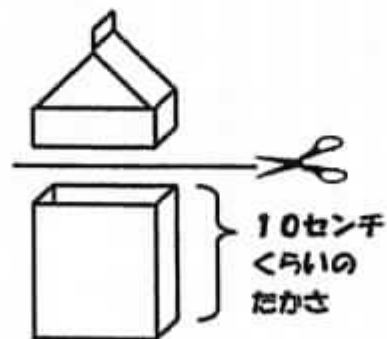
④えんぴつ

鉛えんぴつ

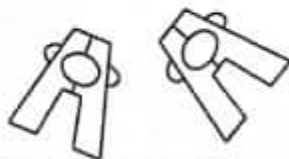


⑤からの牛乳パック

(うがいをしたあとの水をいれる)

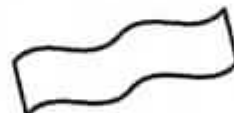


⑥せんたくばさみ
(タオルをとめるため)



⑦タオル (長めのタオル)

*顔をよごさないための
エフロンがわり



⑧ポケットティッシュ



タオルは首にまいて
使います。長いタイプを
じゅんびしてね。

①ハズラシ... 学校においてあるものでかまいません。

③手鏡... 学校で準備します。

①と③以外のものを当日忘れずに持ってきてください。