

ほけんだより

うら面もあります。
おうちの人といっ
しよに、よみましょ
う。

平成28年5月31日
練馬区立豊玉第二小学校
校長 佐野 匡
養護教諭 白厩 英子

児童数

5月は、^{まなつび}真夏日があつたり、^ひむしあつ日があつたり、
^{あさばん}朝晩と^{ひるま}昼間の^{おんどさ}温度差が大きく^{おお}体調を崩す人が多かつたです。

これから^{つゆ}梅雨の^{じき}時期には、ますます^{きおん}気温や^{しつど}湿度が^{たか}高く^{あつ}むし暑
い日が増えてきます。こんな^{きせつ}季節に^き気をつけたいことは、^{からだ}身体を
^{せいけつ}清潔にすることです。^{あと}トイレの^{しよくじ}後、^{まえ}食事の前には、「うがい・
^{てあら}手洗い」をして、^{たいちようかんり}しっかり^い体調管理を^{あせ}しましょう。

ポケットにはきれいな「ハンカチ」を入れ、「汗ふきタオル」も
もってくるようにしましょう。



6月のほけん行事

2日(木)	^は 歯みがき ^{きょうしつ} 教室(歯の染め出し) 2・4・6年 ^{しかけんしん} 歯科検診(4月の健診を欠席した人たち)
3日(金)	^{すいえいしどうまえけんしん} 水泳指導前健診 ぜんがくねん 全学年 ^{いどうきょうしつまえけんしん} 移動教室前健診 6年
21日(火)	^{しゆくはくがくしゅうまえけんしん} 宿泊学習前健診 コスモス

2日(木)に、歯科
集会をします。

はの
クイズです。

お楽しみに。

保護者の皆様へ

○ 6月で定期健康診断が終わります。「異常なし」のお子さんにはお知らせを渡して
いません。健康カードをお返ししますので、結果について改めてご確認いただき、押印の
上お返してください。

欠席をしていて、学校で健診を受けていないお子さんには、「受診のお知らせ」を渡
しています。必ず水泳指導が始まる前までに受診して、結果を学校にお知らせください。

また、視力検査では「B」以下のお子さんにお知らせを渡しています。特に「C」や
「D」という結果だったお子さんは、なるべく早く受診させて、結果を学校にお知らせ
ください。

よろしくお願ひいたします。

※「受診報告書」の提出について

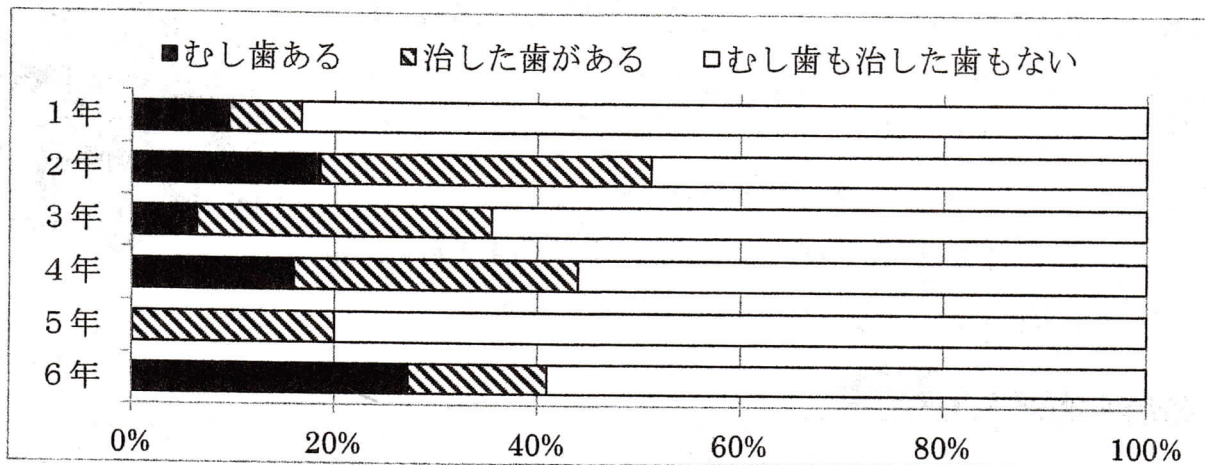
耳鼻科(アレルギー性鼻炎B以外)・眼科(アレルギー性結膜炎B以外)・内科でお知
らせをもらっているお子さんは、受診報告書を提出してから、プールに入ります。

安全にプールに入るために、早めの受診をお願いします。

また、耳鼻科検診で「耳垢」のお知らせをもらったお子さんは、耳鼻科でとってもら
う必要がある状態なので、必ず受診をしてとってもらってください。

健康も 楽しい食事も いい歯から

歯科検診の結果(4月)

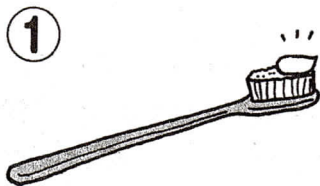


もんかしょう ^{しょうがくせい} 文科省の調べによると ^{うち} 小学生4人の内 ^{ちりょう ひつよう} 1人は「治療を必要とするむし歯がある」
 そうです。

むし歯 ^{ばよぼう} 予防にかかせないのは「歯 ^は みがき」です。

1日3回、食べたら ^{ふんかんは} 5分間歯みがきをしましょう。ていねいな歯みがきで、むし歯を ^{ばよぼう} 予防
 してみんな「歯 ^は っぴー」！(学校でも ^{がっこう} 給食後には、うがいをしたり、歯 ^は ブラシをもって
 きて歯 ^は をみがいたりしてもいいですよ。)

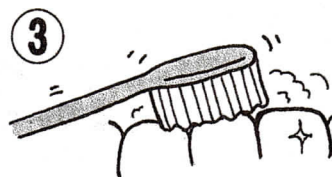
ただ ^は 正しい歯 ^{つか} ブラシの使いかた



① 歯 ^は みがき ^こ 粉 (^{ざい} 剤) をつけ
 すぎない (毛の半分より
 少なめにつける)



② 毛のつまさき、かかと、わき
 きを上手に使う



③ かるく、こま ^{こま} かく、はやく
 動かす

※4月の ^{しかけんしん} 歯科検診でむし歯がなく、また、むし歯があってもはみがき ^{しどう} 指導の日までに ^{なお} 治し
 てきた人には、よい歯の ^は バッチをわたします。(^{しかけんしん} 歯科検診を ^{けっせき} 欠席した人は、歯 ^は みがき
^{しどう} 指導の日に検査をします。)

むし歯 ^は があるかもしれませんとお知らせをもらっている人は、 ^{ひと} 必ず ^{かなら} 歯 ^{はいしゃ} 医者さんに行
 ってみてもらいましょう。