


# ほけんだより 6月



【家庭数配布】  
令和元年6月5日  
練馬区立練馬小学校  
保健室

あじさいがきれいに咲く季節となりました。この時期は、急に暑くなる日があったり、涼しい日があったりして体調を崩しがちです。規則正しい生活を心がけ、食事や睡眠をしっかりと、元気に過ごしていきましょう。

6月4日から10日は、『歯と口の健康週間』です。食生活や歯みがきの方法を振り返り、むし歯の予防に取り組みしましょう。



よい歯のバッチについて

歯科検診でむし歯がなかった人と、配布までにむし歯を治し、「歯科受診報告書」を提出した人に、『よい歯のバッチ』を配ります。

今回もらえなかった人は、12月までにむし歯を治すと、今の学年のバッチを渡します。

# プールがはじまります！じゅんびOK？

## ● つめきり・<sup>みみ</sup>耳そうじ



## ● すいみんをしっかりとり



## ● もちもののかくにん



## ● たいちょうのチェック



※水泳指導が始まるまでに、治療が必要な病気がある場合は病院受診をしてください。また、水泳が可能か否かについては、主治医の判断を受けてください。安全に水泳が行えるよう、ご協力お願い致します。

## 6月の検診予定

6月12日(水)

歯科検診

1・2・3年生

4・5・6年生の欠席者

※朝の歯みがきを忘れずに  
お願いします。

6月14日(金)

プール前検診

希望者のみ

※問診が中心になります。

すべての健康診断が終わり次第、「定期健康診断の記録」をお配りします。一緒に、成長曲線をお配りしますので、お子さんの成長の変化をご確認ください。個人差はありますが、成長曲線をつけておくと、曲線からのずれを早期に発見しやすくなります。気になることがありましたら、保健室にご相談ください。