



令和7年6月2日
練馬区立関町小学校
養護教諭 西尾 実季



梅雨が近づき、色鮮やかな紫陽花に目をうばわれる季節になりました。

体育発表会前、関町小の保健室はけが人が増えましたが今は落ち着き、体調不良や休養で来室する子が増えてきています。

休みが少なく疲れが出やすい時期なので、子どもたちが元気に過ごせるよう保健室から見守っていきたいと思います。ご家庭からも何かご不安な点やお気づきの点がありましたらご遠慮なくお声がけください。

日にち	健診項目	学年	注意点
5日(木)	耳鼻科検診	全員	○耳垢をとってくる
6日(金)	尿検査最終回収	該当者	○該当者にはお知らせします。

耳鼻科検診の結果について

検診後、疾病の疑いがみられた児童には結果を配布します。結果の中には受診の必要性のある『アレルギー性鼻炎A』と受診の必要性のない『アレルギー性鼻炎B』がありますのでご注意ください。『アレルギー性鼻炎B』と診断を受けた場合はご家庭で経過を見ていただき、症状が悪化した際に受診をお願いいたします。

水泳指導前に受診をお願いいたします。

内科・眼科（眼位異常を除く）・耳鼻科（アレルギー性鼻炎Bを除く）の受診勧告が配られた児童につきましては水泳指導前に受診を済ませ、受診報告書のご提出をお願いいたします。受診勧告書の再発行が必要な方は保健室か担任にお声がけください。



5月に報告のあった感染症

溶連菌感染症・アデノウイルス感染症・マイコプラズマ肺炎

近隣では水痘（水ぼうそう）の報告も増えているようです。ご家庭での健康観察の際にご留意ください。

じどうのみなさんへ

は くち けんこうしゅうかん

6月4日～10日は歯と口の健康週間です

ほけんいいんかい ことし はみが

つく

まいにちは みが

いろ

保健委員会が今年も歯磨きカレンダーを作りました。毎日歯を磨いてたくさん色のつ

かんせい

しかけんしん

う

ひと

は

いたカレンダーを完成させてください。また、歯科検診を受けた人に『いい歯バッジ』

くば

やす

けんしん

う

ひと

う

を配ります。お休みしていて検診をまだ受けていない人は受けておくようにしましよ

う。

「寝る前に歯みがきをしましょう」 どうして“寝る前”なの？

「寝る前の歯みがき」が
大切だと言われたことが
ある人は多いと思います。
では、なぜ「寝る前」な
のでしょうか。



理由は、むし歯が進行しやすいのが寝ている
間だから。むし歯の原因となるむし歯菌は、口
の中の食べカスや糖分（お菓子に入っている砂
糖など）をエネルギーにしてむし歯を作ります。



昼間なら、だ液が食べカスや糖分を洗い流してむし歯菌が活
動しにくいようにしてくれます。でも、寝ている間はだ液が減
るため、寝る前に歯をみがいていないと食べカスや糖分が口の
中に残ったままになり、むし歯が進行してしまうのです。

——— 毎日、寝る前の歯みがきを忘れないでくださいね

歯・口に関するポスターコンクール

ねりまく ねりまくしかいしかい

しゅさい

し

とど

練馬区・練馬区歯科医師会が主催するポスターコンクールのお知らせが届いてい
ます。

【部門】

- ・ 小学校低学年の部
- ・ 小学校高学年の部

【締切】

9月2日（月）



くわしく聞きたい人は保健室に
声をかけてください。

衣服についてのお知らせ

あつ

つか

きせつ

す

おんど

ひと

暑くなりエアコンを使う季節になりました。過ごしやすい温度は人そ

ちが

ぎょうしつ

おんど

さむ

かん

とき

はお

うわぎ

れぞれ違います。教室の温度が寒く感じた時に羽織れるよう、上着を1

まいようい

あんしん

しんぱい

ひと

も

枚用意しておくとお安心です。心配な人は持ってきてください。

