

ほけんだより 6月

令和6年6月7日
 練馬区立大泉西小学校
 校長 岩切 洋一
 養護教諭 村松 優理

運動会が終わりましたね。疲れがのこっている人は土・日曜日にしっかり休んでくださいね。

これから体力テストや水泳授業も始まります。疲れをためないように、早く寝るようにしましょう。暑

いジメジメとした日もありますが、汗を拭くタオルやハンカチを用意するなど、気持ちよく過ごせるよ

うに工夫して生活できるといいですね。



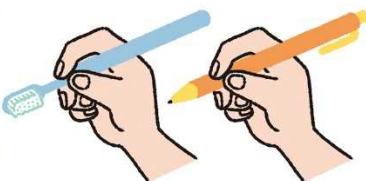
6月の保健目標

- ・歯を大切にしよう。
- ・梅雨時の健康に気をつけよう。



6月4日 ~ 6月10日

歯と口の健康週間です。



歯ブラシの持ち方は

ペンと同じでOK

おうちの方へ

きれいに、大切に… 歯と口は“からだの入り口”

食べたあとの歯みがきをはじめとするむし歯・歯周病予防…。「なぜ歯と口はきれいに、大切にしなければいけないの？」というそぼくなギモンに、あなたなら、どう答えますか？

歯や口は、私たちが食べものをとるための、いわば“入り口”です。いつもきれいに、健康にしておかないと、しっかりかんでもものを食べることができず、からだを作ったり動かししたりするものになる栄養がとれなくなってしまいます。



『もっと甘いものを、好きなだけ食べたい』『歯みがきはめんどろ』…そんな気持ちに、自分のためにストップをかけて、歯と口からからだと心が元気になるように、毎日の生活の中でがんばって、いってほしいと思います。

いつも学校保健活動にご理解とご協力をいただき、ありがとうございます。健康診断の結果、受診が必要と判断された場合には、『受診のおすすめ』をお渡ししています。受診されましたら、学校まで受診結果をお知らせしていただきますようお願いいたします。

また、すべての健康診断が終了しましたら、『定期健康診断の記録』を配布いたします。記録は、入学当初にお渡ししました健康手帳に貼付していただき、封筒は、ご捺印の上、学校に返却をお願いいたします。