

# ほけんだより 6月

令和8年5月29日  
橋戸小学校  
保健室

運動会が終わりました。すでに今年も暑い夏がやってきそうな気温が続いていますね。暑い時期に夏バテしないためには、暑さに少しずつ慣れていくことが大切です。また、早ね・早おきや朝ごはんをしっかり食べる習慣をつけることは夏バテ予防につながります。食欲のない時も何か一口は食べて登校してくるといいですね。



## 6月の保健目標：歯を大切にしよう

### よい歯のバッジ配布について

歯科検診を受診した児童のみなさんに「よい歯のバッジ」をお渡しします。歯科検診当日、受けられなかった人も、歯科校医の先生（生田歯科医院）を受診し、受診の報告書を保健室に提出するとお渡しできます。練馬区のマスコットキャラクター「ねり丸君」がデザインされており、学年ごとに色が違ってきます。  
(1年生：緑、2年生：赤、3年生：紫、4年生：青、5年生：ピンク、6年生：黄色)

また、歯科検診の結果、受診のお知らせをもらった人は、早めに受診してむし歯や歯肉、歯垢、歯列等を診てもらいましょう。

## 水泳学習が始まります！

6月15日（月）から水泳学習が始まります。楽しみにしている人も多いかと思えます。

プールに入る前におうちの人とチェックしてみよう！！

- ① 目や鼻の症状はありませんか？
- ② じゅくじゅくした傷はありませんか？
- ③ 体調は悪くないですか？
- ④ 手足の爪は伸びていませんか？

以下に当てはまる人は、水泳学習に参加する前に受診を済ませてから参加しましょう。

- 内科、耳鼻科、眼科検診が未受診の人。  
(お知らせをもらった人は、校医の先生のところで受診しに行きましょう。)
- 内科、耳鼻科、眼科の「結果と受診のすすめ」で受診するように言われていて、まだ病院に行っていない人。  
(アレルギー性鼻炎B、アレルギー性結膜炎Bは該当しません。)

### 保護者の方へ

定期健康診断ご協力いただきありがとうございました。

結果につきましては、医療健診センターによる検診結果等を含め、全ての結果が揃い次第、「定期健康診断の記録」をお渡しします。お子さんと一緒にご覧いただき、ご家庭で大切に保管をお願いいたします。

