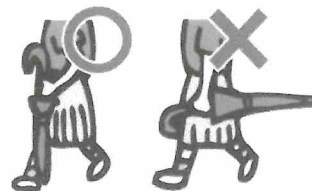


☆! ほけんだより ☆! 6月

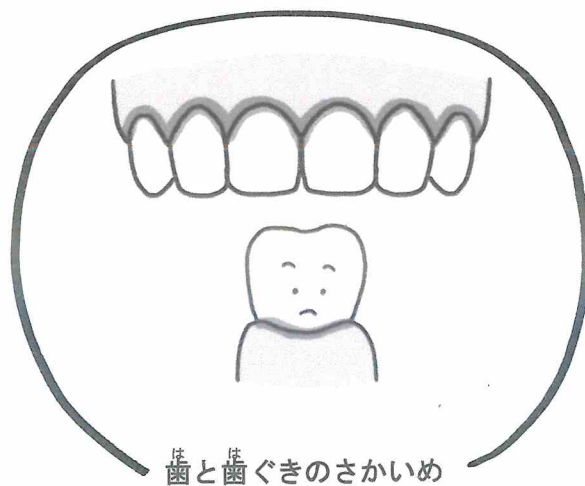
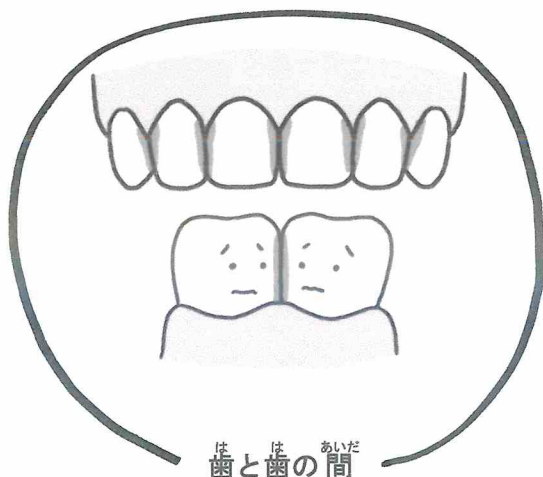
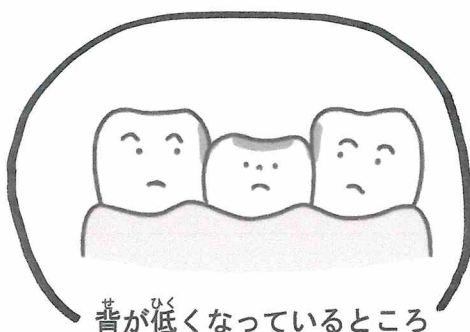
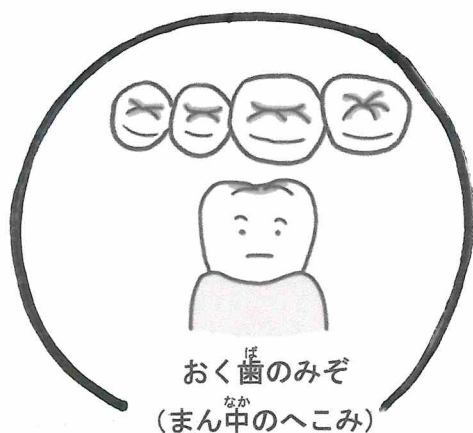
令和7年6月2日
志木市立宗岡小学校
校長 堤 孝志
養護教諭 松本 美菜

6月に入り、雨の季節をむかえます。6月は天気が悪くて外遊びができないことが多いので、つい教室や廊下で走り回ってしまい、思わぬけがをする人が増える時期でもあります。こんなときこそ、部屋の中で楽しく過ごす方法を見つける良い機会です。また、天気によって気温の差が大きい時期なので、体温の調節ができる服装にして元氣よく過ごせるように心がけましょう。

たんだかさ、たて？ よこ？



おぼえよう！ みがき残しが多い5つのポイント



👉 上の5つは全て、「歯ブラシがとどきにくいところ」です。

とどきにくいところにもしっかりと歯ブラシを当てるためには、

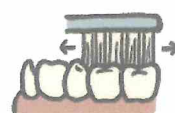
- ・鉛筆のように、歯ブラシを軽く持つ
- ・力を入れず、こまかく動かす
- ・歯ブラシの、つま先やかかとを使う
- ・鏡を見て、1本1本ていねいにみがく
- ・歯ブラシの毛先が広がっていたら交換する

👉 この5つがとても大切です。

正しい歯みがきの仕方を身に付けて、歯の健康を守りましょう！



まえばのうらがわ



おくばのかみあわせ



そとがわ



さかいめ



うちがわ



は くち けんこう ひょうご ぼしゅう
 歯と口の健康について、標語（５・７・５）を募集しています！

歯と口がもっと健康になるような、ユニークで誰にでも分かりやすい標語（５・７・５のスローガン）を書いてくれる人を募集しています！書いてもらった標語は保健室の前に掲示し、素敵な作品はコンクールに応募します。参考に、コンクールで表彰された作品や、保健委員会の５・６年生が以前に書いた作品を紹介します！

ひょうしょう さくひん
 表彰された作品

- ・ 手に入れよう 長生きチケット 歯みがきで
- ・ まってたよ だいじにするね おとなのは
- ・ こつこつと 毎日みがく 歯と心
- ・ 歯科検診 行ってあんしん 歯に安心
- ・ 歯ブラシで たてたて よこよこ きれいな歯
- ・ おいしいな たべれるよろこび じょうぶな歯
- ・ 歯と共に 人生１００年 歩んでく
- ・ 健康な ミライへつながる 大事な歯
- ・ 歯みがきは スマホじゃなくて 鏡見て
- ・ くちの中 ハブラシきれいに パトロール

ほけんいいんかい じどう か さくひん
 保健委員会の児童が書いた作品

- ・ めざそうよ 毎日歯みがき キレイな歯
- ・ 将来は その一みがきで 変わるんだ
- ・ はみがきで かがやかせよう 毎日を
- ・ ピカピカな 歯にしたいなら 歯みがきだ
- ・ 自分の歯 笑顔を作る 宝物
- ・ みがこうよ 大切な歯を 守ろうよ

ていしゆつしめきりび
 提出締切日
 6/13(金)

「書いてみたい！」「興味があるけど恥ずかしい」という人は松本先生に教えてください♪

6月以降の健康診断予定

けんこう しんだん こうもく 健康診断項目	がくねん 学年	つき ひ ようび 月／日（曜日）	もくてき 目的	ちゅうい じこう 注意事項
じびか けんしん 耳鼻科検診	ぜん がくねん 全学年	6/3(火)	みみ はな のど の様子を見て異常や びょうき 病気がないかを調べます。	ぜんじつ みみ ひょうめん かる 前日に耳の表面を軽くぬぐって きれいにしておきましょう。
ないか けんしん 内科検診	3・6年・ ぜんかい けっせさしや 前回欠席者	6/5(木)	しんぞう せぼね わね かわ しかい 心臓・背骨・胸・皮膚・姿勢・その た びょうき いじょう うむ しら 他の病気や異常の有無を調べま す。	たいいくぞう 体育着を持ってきましょう。 ついたて なか ふく ちょうしんさ 衝立の中で服をまくり、聴診器で しんぞう おと ぎ 心臓の音を聴いてもらいます。
けんしん モアレ検診	ねん たいしょうしや 5年・対象者	6/27(金)	せきちゅう いじょう うむ しら 脊柱の異常の有無を調べます。	たいいくぞう 体育着を持ってきましょう。

保護者の方へ

今年度の健康診断も大半が終了しました。治療を要する児童には、治療勧告書を配付しています。すでに治癒証明も続々とご提出いただいています。まだ受診していない場合は、早めに受診していただくようお願いします。



保護者の皆様が、毎日元気な状態で子供たちを送り出してくださったおかげで、大きなけがや重度の熱中症などの事故が起きることなく、運動会を終えられました。ありがとうございました。しかし、暑さに慣れていないため、熱中症になったり寒暖差で体調を崩したりする児童が増える時期でもありますので、今後とも毎日の健康観察をお願いいたします。お子さんの健康のことで気になること・伝えておきたいことなどがございましたら、担任または養護教諭までお知らせください。お子さんの健康のために精一杯お手伝いをさせていただきます！