

ほけんだより 6月

令和7年5月30日No.4
上尾市立瓦葺小学校
*おうちの人と読みましょう。

雨の日が多くなってきました。外遊びができなくて残念ですが、本を読んだり、友達とおしゃべりをしたりして、雨の日も楽しいことがたくさんありますね。



定期健康診断も終わりに近づきました！

6月 4日（水）内科検診（5、6年生）

●結核健康診断問診票の御提出ありがとうございました。

6月 24日（火）色覚検査（4年生希望者対象）

●2日（月）に色覚検査希望調査を配付します。検査後、結果は緑の封筒に入れて全員にお知らせします。

保護者の方へお願い

1 6月は歯・口の健康月間として、学校全体で歯科保健指導を行います。お忙しい中ですが、御家庭でも御協力をお願いします。

●歯のみがき残しチェック（カラーテスト）を御家庭で実施してください。19日にお知らせと「歯っぴーファイル」を配布します。27日までに提出してください。

●2日に歯みがきカレンダーを配布します。3日から12日まで、歯みがきの回数をカレンダーに色塗りをしてください。給食後の口の中の洗浄を目的としたうがいも回数に含めます。16日（月）に提出してください。

2 毎日、水筒の御準備ありがとうございます。子供が水筒を持ち歩くときに転倒し、腹部を水筒で強打することで内臓を損傷するといった重大事故が発生しているそうです（消費者庁）。

子供は転倒しやすく、転倒した際にも反射的に手をつく動作ができないことがあります。また、大人に比べ腹部臓器の占める割合が大きく、お腹周りの筋肉が弱いため、腹部に外から力が加わった場合に内臓を損傷しやすいとのことです。本校ではこのような事故は発生していませんが、十分に配慮していきます。御家庭でも御留意ください。

- 水筒を首や肩にかけているときは走らないようにする。
- 遊具等で遊ぶ場合、水筒を置いて遊ぶ。
- 水筒はなるべくランドセルやリュックサック、手さげかばん等に入れる。

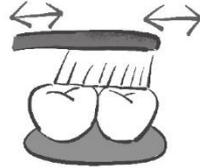


毎日の歯みがき、正しくできていますか？

6月4日から10日までは歯・口の衛生週間です。一生使う歯を大切にしましょう



かる ちから
軽い力で
えんぴつ持ち



こきざみに
動かす



は け さき
歯ブラシの毛先を
は めん
歯の面にあてる



かがみ み
鏡を見ながらみがいて、
みがき残しをチェックする



高学年のみなさん、プールの清掃ありがとうございました。とてもきれいになりました。6月6日がプール開きです。

- 目・耳・鼻に病気がある人は、お医者さんに相談してください。
- 前日は夜ふかしをせずに、睡眠を十分にとってください。
- 朝ごはんをしっかり食べてください。
- つめを切っておいてください。

雨の日は注意!

傘で前が見えにくくなる



地面が滑りやすくなる



車の運転手から見えにくい



雨音で周囲の音が聞こえにくい



雨の日はこのような理由で交通事故が多くなるといわれています。雨の日の傘のさし方に気をつけて、安全に過ごしましょう。