

ほけんだより



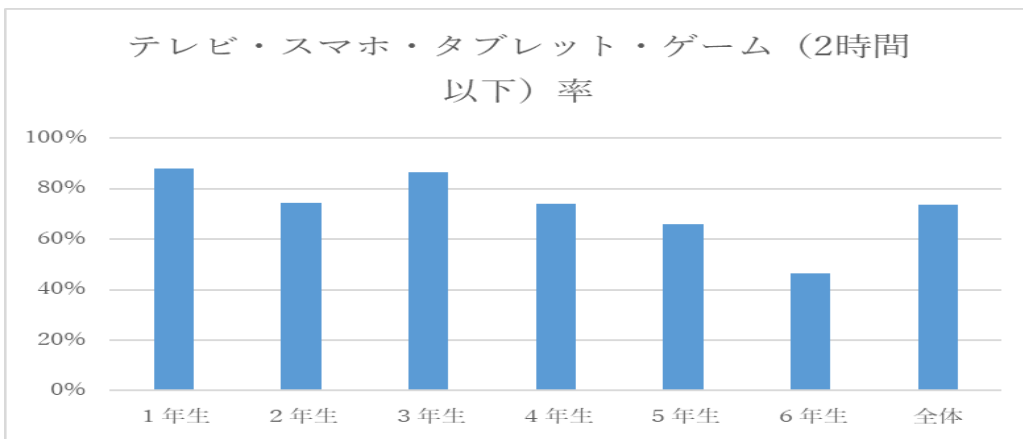
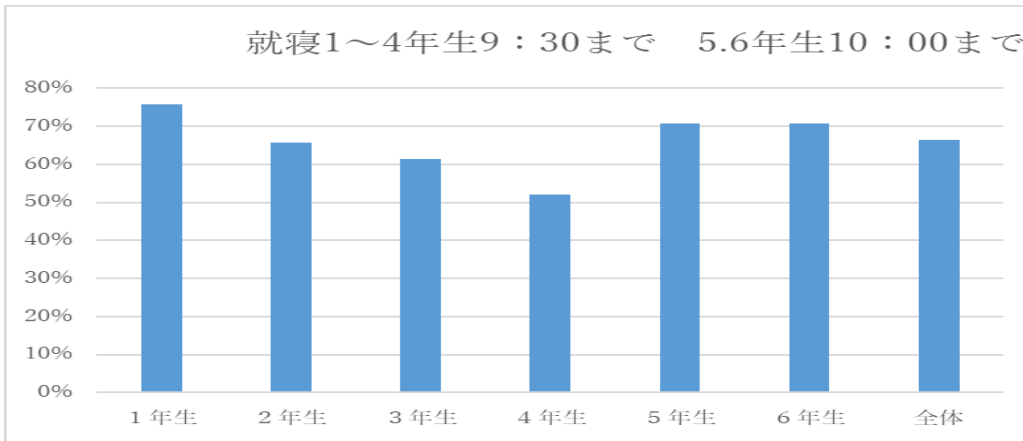
令和5年6月30日
青梅市立第五小学校

いよいよ暑さも本格的になってきました。
強い日差し、高い気温と湿度ですが、少しでも涼しく過ごしたい
ところですね。夏を健康に過ごせるように御家庭でも、熱中症
や夏バテなどで体の調子をくずさず、生活リズムを整えていける
よう御配慮ください。



元気チェックカード【5月18日(木)】より

元気チェックカードについてご協力ありがとうございました。
① 就寝時間と②テレビ・スマホ・タブレット等の視聴
時間について結果をまとめましたので、御覧ください。
引き続き生活リズムを整えて過ごせるよう、家庭でも御配慮ください。



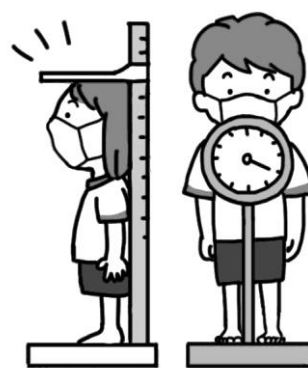
身体測定が終わりました

緑色の健康カードは御覧になりましたか。

6年間使いますので、紛失等に御注意ください。

～身体測定の結果より 学年別・男女別の平均になります。～

学年	身長		体重	
	男子	女子	男子	女子
1年	117.4	117.8	21.9	22.9
2年	123.2	121.5	26.0	24.6
3年	129.6	127.0	27.6	26.1
4年	133.7	133.5	31.8	31.9
5年	138.2	141.4	33.6	34.8
6年	144.7	146.5	41.5	40.9



みんな、去年より大きく成長したと思います。ぜひ、御家庭でお子さんの成長等を話題にしてみてください。

～歯科検診の結果より 治療はお済みですか？～

	1年	2年	3年	4年	5年	6年	合計
受診者数	60	47	58	56	46	67	334
むし歯あり	8	16	9	12	3	7	55
永久歯のむし歯経験あり	2	3	5	1	5	2	18
歯周疾患要観察	0	0	1	2	2	7	12



受診が必要なお子さんは、早めをお願いします。

8～9月の保健行事

身体測定 8月31日（木）～9月7日（木）の間に実施予定です。

保護者の皆様へ

6月のはみがきカレンダーへの御協力ありがとうございました。

歯科検診のときに学校歯科医の嶋崎先生より「歯みがきの仕上げみがきは、5年生まですることがお勧めです。」とお話をいただきました。

5年生までは仕上げみがき、6年生では仕上げチェック、中学生からは自分でチェックするとよいとのこと。低・中学年は、仕上げみがきをしていただいている子が多くいるようです。ぜひ続けてください。小学生のうちは、手先の器用さの発達から、みがき残しなく上手にみがくことが難しい段階にありますので、ぜひ今後も、よろしくをお願いします。

いい歯でいい笑顔

