

ほけんだより



令和6年6月4日
青梅市立第五小学校

5月は寒暖差があり、体調を崩す児童が多くいました。
着脱ができる洋服や下着を着る、汗拭きタオル、帽子、水筒を
用意する等、御配慮ください。

これから雨の日が多くなり、気持ちが沈みがちになりそう
ですが、梅雨の花である紫陽花が雨のしずくを受けて輝く
姿を見ると、きっと心も爽やかな気持ちになれると思います。
6月も子どもたちが元気に乗り切れるよう、
よろしくお願いします。



6月の保健行事予定

項目	日程	対象
内科検診	6月4日(火) 13:10～	1. 2年生
尿検査 3次	6月11日(火) 14:30～16:30	対象者 場所: 市役所 保護者同伴
	6月12日(水) 9:30～11:30	対象者 場所: 市役所 保護者同伴
心臓検診 精密	6月17日(月) 15:10～16:30	対象者 場所: 市役所 保護者同伴
	6月19日(水) 15:10～16:30	対象者 場所: 市役所 保護者同伴
眼科・耳鼻科 欠席者検診	6月18日(火) 15:10～	対象者 場所: 市役所 保護者同伴
	6月27日(木) 15:10～	対象者 場所: 市役所 保護者同伴

医療機関への受診が必要な場合は早めをお願いします。

5月は、御多用の中「元気チェックカード」の取組に御協力いただきありがとうございました。今後も、生活リズムを整えて過ごせるよう御配慮ください。よろしくお願いします。

6月4日は「虫歯予防デー」 歯みがきのここがポイント!

6月4日は「虫歯予防デーです。」日々の御家庭での歯みがきチェックにぜひ御活用ください。

歯石は歯みがきではとれない。



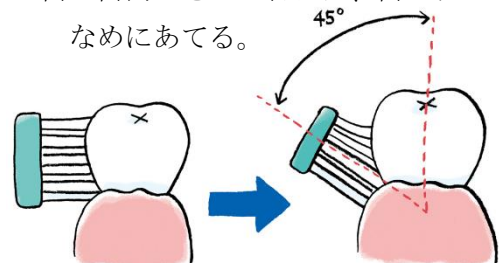
歯と歯肉のさかい目も
みがき残しやすいところ。



歯並びがでこぼこしたところも
みがき残しが多い。



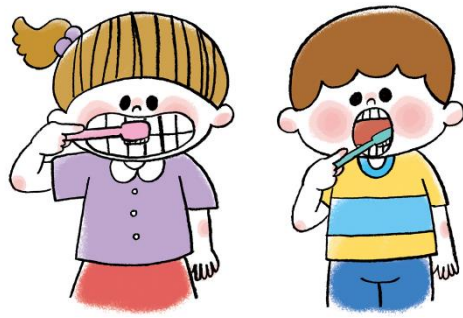
歯と歯肉のさかい目には、歯ブラシを
なめにあてる。



奥歯のかみ合わせ部分には、軽い力で
毛先をあてる。



ものを食べたら、必ず歯みがき!



備えておきたいこと!

5月はまだ時折肌寒さを感じる日もあって、心や身体が安定しない日があると思います。さらに、6月8日には努力の賜物である「運動会」があります。より一層、体調管理(手洗い・うがい・十分な睡眠、運動・栄養のとれた食事・衣服の調整など)に気を配りながら当日を迎えていただきたいです。

実習生からの御挨拶

5月13日から6月8日までの4週間、養護教諭の実習でお世話になっています、櫻庭未夕です。6月の保健だよりの右半分を作成しました。子どもたちのけがの手当てや心のケアの対応等、丁寧に接することを常に心掛けています。よろしくお願いいたします。

