

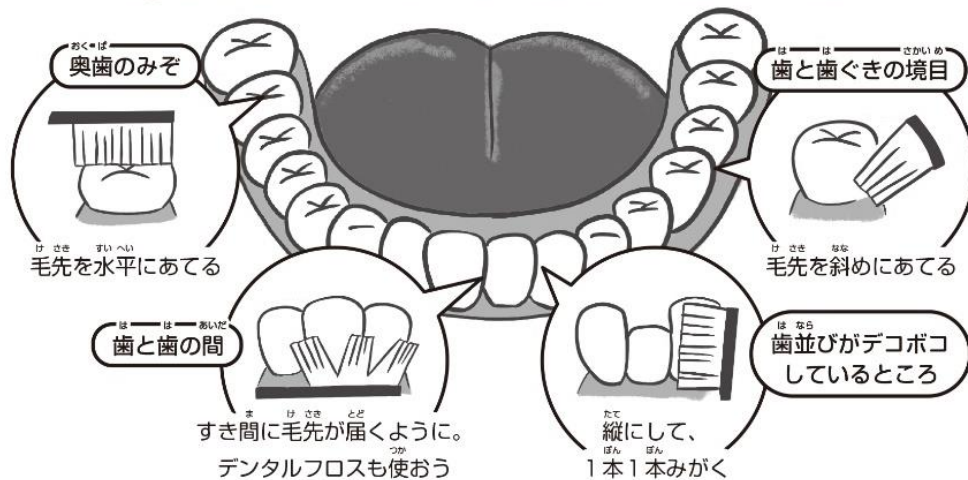
☆! ほけんだより! ☆ 6月

令和6年6月3日
青梅市立新町小学校
保健室

☆6月の保健目標 「 歯を大切にしよう 」 ☆

歯は、食べ物をかんで細かくする役割はもちろん、表情を作ったり顔の形を整えたりする大切な役割もあります。小学生の歯は乳歯（子供の歯）から永久歯（大人の歯）に生え変わり、虫歯にもなりやすい時期です。毎日ていねいに歯をみがいて、じょうぶな歯を保てるようにしましょう。

! みがき残しやすい場所 と みがき方 ☆



★13日（木）は歯科校医さんによる歯科朝会（全員）と歯科指導（3年生）、26日（水）は歯みがき指導（5年生）があります。

プールのや<そ<

6月10日（月）から水泳指導が始まります。暑い日にプールに入るのはとても気持ちいいですね。楽しく安全に行うためには、朝の健康チェックがとても大切です。泳ぐことはとても体力を使うので、少しでも体調が悪いときは無理をしないようにしましょう。そして、朝ごはんを必ず食べてくるようにしましょう。

- ☐ 平熱よりも高くない？
- ☐ 鼻水は出ていない？
- ☐ 目が充血していない？
- ☐ 下痢をしていない？
- ☐ 食欲はある？

こまめに水分をとることも
忘れずに！



保護者の方へ

☆ 健康の記録を返却します ☆

4日（火）に健康の記録を返却します。身長・体重・視力・聴力（4、6年以外）の結果を確認して、**6月7日（金）までに**保護者印欄に押印またはサインをして学校へ提出してください。