

ほけんだより 6月号

令和8年6月1日
 清新小学校保健室
 No.3



保健だより - 相模原市立清新小学校
 seishin-e.sagamihara.andteacher.jp

蒸し暑い日もあれば、肌寒く感じる日もあり、天気の変化が大きい季節になってきました。調整できる服装や適度な水分補給を心がけましょう。また、今月は「歯と口の健康週間」があります。「歯」や「口の中」の健康は、全身の健康に影響があると言われています。この機会に家族や友だちと「歯の健康について」話し合い、健康的な習慣を見直してみてもいいのではないでしょうか。

今月の保健目標 歯を大切にしよう

健康診断の予定【6月】

6月	検診	学年
4日(木)	歯科検診	2年 4年1・2組 ひまわり級
10日(水)	眼科検診	1・4年 ひまわり級 抽出者
18日(木)	歯科検診	3年 6年3・4組
25日(木)	歯科検診	1年 4年3・4組

6月4日~10日は
 歯と口の健康週間



いつもよりていねいに時間をかけてみがくようにしましょう!

歯みがきのポイント

① 奥歯のみぞ

② 歯と歯ぐきのあいだ

歯ブラシはえんぴつ持ち!

③ でこぼこしたところ

④ 歯と歯のあいだ

①~④は特にみがきのここの多いところですよ



水泳学習がはじまります



お子さんも一緒にお読みください。

前の日まで

手と足の
つめを短く切る



耳そうじ
をする



前の日は
しっかり寝る



当日

朝、健康観察をする



準備運動をする



ポールサイドを
走らない

飛び込んだり
ふざけたりしない



タオルの貸し借り
をしない



具合が悪く
なったら先生に言う



保護者の方へ

～水泳学習の健康面について～

学校からスクリーンで配信される「水泳学習のお知らせ」をよく確認していただき、該当する疾病がありましたら、医師による治療・許可等を受けてください。

また、学校での健康診断の結果について、未受診の場合の対応もお願いいたします。

～朝の健康観察について～

多くの児童が楽しみにしている水泳学習が始まります。安全に行うために、ご家庭で必ず健康観察を行い、保護者の方が水泳カードに記入・押印をしてください。

水泳カードに記入・押印がない場合には水泳学習に参加することができません。

～とびひについて～

医療機関で水泳可能日の指示を受け、「登校許可等証明書」を学校に提出する必要があります。

児童が安全に安心して水泳学習に取り組むことができるよう
ご家庭でも健康管理をお願いいたします。

