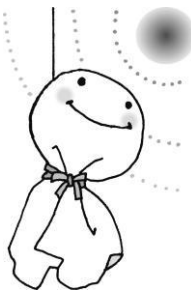


ほけんだより

笠間市立友部小学校
2023年6月号

6月の保健目標
けがの予防をしよう



運動会が終わりました。暑い中の練習をがんばり、当日はさわやかな空の下で一人一人が輝いて精一杯演技できました。子どもたちもいろいろな経験をして、自身の成長につながったことでしょう。ご声援ありがとうございました。

これからさらに暑くてじめじめした日々が多くなりますが、家でも学校でも天気のよい日は外で体を動かして、みんなで運動不足やストレスを解消していきましょう。

6月の予定

- 2日(金) 内科検診 3年生
- 6日(火) 内科検診 2年生
- 7日(水) 歯科検診 4年生
- 8日(木) 清潔検査
- 12日(月) 歯科検診 2年生
- 13日(火) 内科検診 1年生
- 14日(水) 尿二次検査回収日
- 19日(月) 歯科検診 3年生
- 21日(水) すこやかタイム
- 23日(金) 心臓病二次検診
- 30日(水) 尿検査回収日(最終)

健康診断の結果について

視力…全学年対象に実施し、4月28日に受けた人全員に結果のお知らせを配布しました。

聴力…1年生、2年生、3年生、5年生に実施し、所見があった人には5月10日に結果のお知らせを配付しました。

内科検診…4年生、5年生、6年生に実施し、所見があった人には5月23日に結果のお知らせを配付しました。

受診が必要な場合はできるだけ早く専門医に受診しましょう。



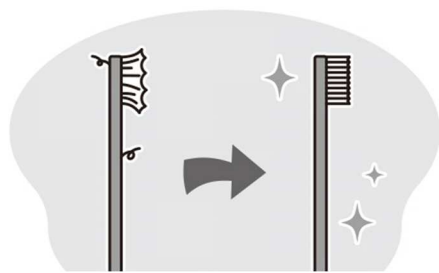
手に入れよう 長生きチケット 歯みがきで

歯の質や歯並びは、大人になってからの生活習慣病に影響します。お子さんの50年・100年先の健康を見通して、今の歯や歯肉を大切に守って

いきたいものです。

歯の検査結果がまだ出ていないので不確かではありますが、むし歯はそれほど多くないものの、歯肉や歯垢が要観察、要受診だった人が多いと感じました。自分の歯並びをよく知って、それに合わせたみがき方を習得してほしいです。

今、歯医者さんは歯を治療するだけでなく、歯の病気を予防する場所になってきています。自分のかかりつけの歯科医院を持って、定期健診を受け、歯のメンテナンスをして、歯みがきの仕方を習得して、自分の歯を自分で守る力をつけてほしいです。



後ろから見て毛先が開いていたら新しい歯ブラシに交換しましょう

暑さ対策をお願いします☀

服装は通気性、速乾性のあるものを身につけるとよいです。安全面を考え、肩や背、腹などの露出がないもの、下着が見えにくいものを選びましょう。下着は必ず身につけましょう。汗拭きは大きめのものを持参しましょう。

こまめに水分補給ができるように水筒持参(中身は水またはお茶)をお勧めします。